

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. August 2025 ▪**
Tagesmotto „Zweierlei...“ mit Cornelia Poletto



David Kruselburger

Zweierlei vom Lamm: Lammstielkoteletts und mit Lammhack gefüllte Paprika mit Djuvec-Reis, Lamm-Jus und Tsatsiki

Zutaten für zwei Personen

Für das Lammkarree:

ca. 500 g Lammkarree am Stück
 2 TL Butter
 1 EL Senf
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 2 Zweige Thymian
 2 Zweige Rosmarin
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf ca. 80 Grad Umluft vorheizen.

Lammkarree putzen. Abschnitte für die Jus beiseitelegen.

Fleisch mit Senf bestreichen und anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit etwas Öl und einer Flocke Butter erhitzen und das Lammkarree von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend das Lammkarree mit der Butter und den Kräutern bedecken und bei 80 Grad für ca. 20 Minuten im Ofen ziehen lassen.

Für den Jus:

Abschnitte vom zugeputzen
 Lammkarree, von oben
 1 Zwiebel
 2-3 Knoblauchzehen
 2 EL Butter
 1 EL Tomatenmark
 30 ml Sojasauce
 50 ml dunkler Balsamicoessig
 200 ml Rotwein
 500 ml Lammfond
 500 ml Gemüfefond
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 2 Zweige Thymian
 2 Lorbeerblätter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in grobe Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und die Lammreste von allen Seiten anrösten.

Zwiebel und Knoblauch dazugeben und ebenfalls mitrösten.

Tomatenmark dazugeben und unter ständigem Rühren auch mitrösten. Hitze reduzieren, mit Rotwein ablöschen und kurz einreduzieren lassen, damit sich die Röststoffe vom Boden lösen. Anschließend den Vorgang wiederholen. Einreduzieren lassen, mit Balsamicoessig und Sojasauce aufgießen und wiederum einköcheln lassen. Mit Fond aufgießen.

Gewürze dazugeben und alles ca. 15 Minuten reduzieren lassen.

Anschließend die Flüssigkeit durch ein Sieb gießen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je nach Konsistenz nochmals reduzieren lassen oder mit Stärke binden.

Für die gefüllten Paprika:

250 g Lammhackfleisch
 4 kleine Snackpaprika
 2 Scheiben Toastbrot
 1 Ei
 200 ml Milch
 1 EL Senf
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 2 Zweige Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lammhackfleisch in eine Schüssel geben. Ei, Thymian, Senf, Salz, Pfeffer und das geschnittene Toastbrot mit einem Schuss Milch dazu geben. Kräftig durchkneten und kurz ziehen lassen.

Den Strunk und die Kerne der Snackpaprika entfernen und zu putzen.

Paprika kompakt mit dem Lammhackfleisch füllen. Eine Pfanne mit wenig Öl erhitzen und die Paprika kurz scharf von allen Seiten anbraten und anschließend in den Ofen bei 80 Grad zum Lammkarree geben.

Für den Djuvec-Reis:

150 g Langkornreis
2 rote Snackpaprika
2 gelbe Snackpaprika
400 g gehackte Tomaten, aus der Dose
1 Zwiebel
Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
3 Zweige glatte Petersilie
1 EL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reis nach Packungsanweisung zum Kochen bringen, mit Salz und Paprikapulver würzen und ziehen lassen. Zwiebel abziehen. Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfelig schneiden. In einer Pfanne kurz anbraten und anschließend mit den gehackten Tomaten und der geschnittenen Petersilie zum Reis geben. Kurz durchmengen und ziehen lassen.

Für den Tsatsiki:

½ Salatgurke
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, Saft
200 g griechischer Joghurt, 10 % Fett
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatgurke schälen und klein reiben. Gut ausdrücken. Knoblauch abziehen und pressen. Joghurt mit Knoblauch, Salz, Pfeffer, einen Schuss Zitronensaft und Olivenöl glattrühren. Anschließend die ausgepressten Gurkenstücke unterheben und nochmals abschmecken.

Für die Garnitur:

½ Beet Erbsensprossen
1-2 Zweige Rosmarin
1-2 Zweige Thymian

Gericht mit Sprossen und Kräutern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren