

DAS ORIGINAL REZEPT

Grillspieß mit Lammfleisch, Risotto und buntem Zartengemüse im Kartoffelnest



Zutaten:

- 1,5 kg Lammkeule
- 200 g Zucchini
- 200 g Bauchspeck
- 100 g kleine Champignons
- 100 g kleine Zwiebeln
- 150 g Sonnenblumenöl
- 100 ml Rotwein
- Thüringer Gartenthymian, Rosmarin, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprikapulver
- 1 rote, 2 grüne Paprikaschoten
- 4 kleine Partytomaten
- 1 Bd. Suppengrün
- 2 Btl. Langkornreis
- 8 mittlere Kartoffeln
- Frittierfett
- 600 g Romanesco-Gemüse
- ¼ Stck. Butter
- 1 Bd. Petersilie



Zubereitung:

Lammkeule auslösen, von Knochen und Sehnen befreien. Mageres Fleisch in Würfel schneiden, Zwiebeln schälen und halbieren, Zucchini in Scheiben schneiden, Bauchspeck und Paprika würfeln. Alles auf einen Metallspieß stecken-Lamm, Zucchini, Bauchspeck, Zwiebeln, Paprika, Champignons-zum Schluss die Partytomate.

Aus den Gewürzen und dem Sonnenblumenöl eine Marinade zubereiten und den Spieß damit bestreichen. Danach ca. 4 Stunden einziehen lassen.

Aus den Knochen und Sehnen der Lammkeule eine Brühe ansetzen, das Suppengrün zugeben. Die Spieße in einer Pfanne braten, den Bratenfond mit der Brühe auffüllen, mit Soßenbinder und Rotwein vollenden.

Gemüse:

Das Romanesco-Gemüse in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und in Eiswasser legen. Bei Bedarf in der Mikrowelle erhitzen. Mit etwas Butter und Petersilie abschmecken und dann in das Kartoffelnest geben.

Kartoffeln:

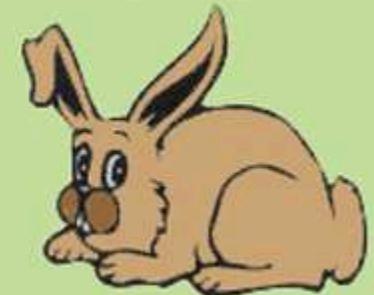
Die Kartoffeln schälen, in Scheiben und dann in Streifen schneiden (ca. Streichholzgröße). In die Kartoffelnesterzange geben und im Fettbad backen.

Reis:

Die Reisbeutel in Salzwasser kochen.

Anrichten:

Den Reis links auf den Teller geben, rechts das Kartoffelnest mit dem Romanesco-Gemüse. In die Mitte kommt der Lammspieß mit dem Bratenfond. Den Tellerrand zum Schluss mit Sojasprossen garnieren.



MAWEA wünscht Ihnen guten Appetit und ein frohes Osterfest.