



## Lammcarré im Kräutermantel

Kein wirklich neues Rezept: Lamm im Kräutermantel. Man findet es in den unterschiedlichsten Variationen. Mit Schäumchen oder ohne; sogar mit Ketchup oder Sojasauce. Kochbücher, Zeitschriften und Rezeptblogs sind voll davon. Dennoch, oder gerade deshalb. Dieses hier ist ein Solitär und stammt aus einer Zeit, als in Restaurants noch Köstlichkeiten wie Hummercocktail, Ragout fin, Chateaubriand oder Tournedos Rossini serviert wurden. Der Unterschied liegt im Detail. Das Fleisch wird am Knochen gebraten. Die Fettschichten werden nicht chirurgisch entfernt, sondern sorgen für ein tiefes Aroma. Und die Kruste ist raffiniert. Probieren Sie es aus! Die Zubereitung ist vergleichsweise einfach und die Gäste schwärmen für immer. Vertrauen Sie mir; ich mache das seit 35 Jahren...

**Schritt 1:** Die Kräuter waschen, trocknen, von Stielen befreien und ca. die Hälfte grob hacken. Das Lamm von Sehnen und größeren Fettteilen befreien, trockentupfen und in eine Schale legen. Dabei nicht zuviel Fett abschneiden. Mit Olivenöl, rohen Knoblauchscheiben, Tomatenstücken, gemörsertem Pfeffer und mit der Hälfte der Kräuter leicht einreiben. In Folie einschlagen und im Kühlschrank 6-10 Stunden ruhen lassen.

**Schritt 2:** Ca. eine Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Das Fleisch in einer sehr heißen Eisenpfanne mit hohem Rand mit einem Stück Butter von allen Seiten scharf anbraten (ca. 3-4 Minuten) bis es eine deutliche Bräunung hat. Gegebenenfalls ein paar Mal wenden. Das Lamm aus der Pfanne nehmen und in einer Schale abkühlen lassen. Den Backofen auf 220°C. vorheizen

**Schritt 3:** Die restlichen Kräuter fein hacken und beiseite stellen. Den Käse raspeln. Das lauwarme Fleisch auf eine Arbeitsfläche oder ein großes Brett legen und eine Seite des Lammrückens in vier Schichten belegen:

- a) den Lammrücken mit Senf bestreichen
- b) vollständig mit den Kräutern bestreuen
- c) mit Parmigiano bestreuen

d) mit einer Schicht Semmelbrösel bestreuen und mit Olivenöl beträufeln  
Das Olivenöl gleichmäßig verteilen (am besten mit den Händen), so dass der Lammrücken am Ende von einer dicken Schicht gleichmäßig bedeckt ist.

Das Beilagengemüse vorbereiten und warmstellen.

**Schritt 4:** Die Lammcarrés in einer feuerfesten Schüssel, Backform oder in einem großen Bräter aufstellen und die Knochen mit Alufolie abdecken, damit sie nicht schwarz werden. In den vorgeheizten Backofen stellen und ohne Deckel ca. 12 Minuten (rosa) bis 15 Minuten (medium) braten. Zum Schluss 1 Minute unter der glühenden Heizspirale des Grills oder in einem Salamander stellen, damit die Kruste knuspriger wird.

**Schritt 5:** Den Lammrücken aus dem Ofen nehmen und die Alufolie entfernen. Auf vorgewärmten Tellern etwas Saisongemüse anrichten. Ich serviere hierzu am liebsten Ratatouille. Das Fleisch entlang der Knochen aufschneiden und jeweils 2-3 Rippen pro Teller anrichten und nach eigener Vorliebe mit Pfeffer und Fleur de Sel betreuen. Sofort und heiß servieren!



### Zutaten (für ca. 6 Personen)

- 1 ausgelöster Lammrücken mit Knochen (ca. 2 x 6 Rippen)
- 2 große Tomaten
- 5 Knoblauchzehen
- mediterrane Kräuter, Thymian, Rosmarin
- Olivenöl
- Butter
- mittelscharfer Senf
- Parmigiano-Reggiano, grob gerieben
- Semmelbrösel
- Schwarzer Pfeffer gemörsert
- Gemüse der Saison als Beilage (Tomaten, Zucchini, Ratatouille...)

Zubereitungszeit: 1 Stunde + Ruhezeit

*Weinempfehlung:* Die hochwertigeren Lammsorten aus dem Pauillac, Limousin, von den Moorwiesen der Müritz oder vom Biohof Ihres Vertrauens haben einen standesgemäßen Begleiter verdient: Hier darf es ruhig ein feiner Bordeaux, ein Gigondas, Chateauf du Pape oder ein Cabernet Sauvignon aus Chile oder Südafrika sein, und natürlich ein Spitzengewächs aus den Kellern deutscher Winzer.

*Quelle: eigenes Rezept*

*Bon appetit!*

