

Lammkarree mit Kartoffelkruste

750 g Lammkarree (mit Rippenknochen)
200 g Schalotten
1 kleine Fenchelknolle
300 g Kürbis (z.b Hokkaido- oder Muskatkürbis)
300 g Kartoffeln
1 Tl Zitronensaft
3 El Olivenöl
2 Rosmarinzweige
2 El Balsamessig
2 El Portwein
1 El kalte Butter
Salz, Pfeffer

Die Fettschicht auf dem Lammrücken sollte nicht zu dick sein. Alles, was dicker als 2 - 3 mm ist, wegschneiden.

Schalotten schälen und vierteln, Fenchelknolle waschen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden, Kürbis schälen und würfeln.

Kartoffeln schälen, fein reiben und in einem Küchentuch fest andrücken. Kartoffeln, Zitronensaft und einen Esslöffel Olivenöl mischen, mit Salz würzen.

Eine schwere Pfanne erhitzen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft 200 Grad). Lammrücken mit Salz und Pfeffer würzen. Auf der Hautseite 5 Minuten anbraten, wenden und 2 Minuten weiterbraten. Lammrücken aus der Pfanne nehmen, Kartoffelmischung darauf verstreichen, das Gemüse in der Pfanne verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen. Lammrücken auf das Gemüse setzen, Rosmarinzweige zugeben und im Ofen auf die mittlere Schiene schieben. Je nach Dicke der Fleischstücke 16 - 20 Minuten garen, dann den Ofen auf Grillen umschalten und noch 3 - 4 Minuten bräunen.

Pfanne aus dem Ofen nehmen, Lammrücken auf einem Teller kurz ruhen lassen. Währenddessen das Gemüse mit Balsamessig und Portwein löschen, einen Esslöffel Butter in kleinen Flöckchen unterrühren. Gemüse abschmecken und auf 4 Teller verteilen. Lammrücken in Koteletts schneiden und mit dem Gemüse servieren.