



Rezeptkarte

Lammrücken
mit Blumenkohl,
Raz el Hanout und
Peperonata

Zutaten (4 Personen):

Lammrücken: 600 g Lammrückenlachse, Olivenöl, 1 EL Butter, Salz, Pfeffer weiß, $\frac{1}{2}$ TL Raz el Hanout; Blumenkohlcreme: 600 g Blumenkohl in grobe Stücke, 60 g Schalotte in Ringe, 60 g Butter, 200 g Sahne, 200 ml Milch, Zucker; Gebratener Blumenkohl: 500 g Blumenkohl in 0,5 cm Scheiben, 2 EL Rapsöl, $\frac{1}{2}$ TL Raz el Hanout, Prise Salz, 10 g Petersilie fein gehackt; Peperonata: 150 g Paprika rot in kleine Würfel, 150 g Paprika gelb in kleine Würfel, 100 g Tomatenwürfel ohne Kerne, 40 g Schalotte in Würfel, 10 g Knoblauch in Würfel, 2-3 EL Olivenöl, 50 g passierte Tomaten, $\frac{1}{2}$ TL Raz el Hanout;

Zubereitung (ca. 1,5 Stunden):

Für die Peperonata die Schalotten- und Knoblauchwürfel in dem Olivenöl anschwitzen. Anschließend die Paprikawürfel dazugeben und mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Sobald das Gemüse leicht Farbe genommen hat, die Tomatenwürfel, passierte Tomaten und einen halben Teelöffel Raz el Hanout zufügen und gut durchrühren. Bei kleiner Hitze mit geschlossenem Deckel für ca. 20 Minuten zu einer kompakten Masse schmoren. Am Ende mit Raz el Hanout und Salz nachschmecken. Für die Blumenkohlcreme die Butter in einem Topf aufschäumen und die Schalottenringe darin farblos anschwitzen. Nun die Blumenkohlstücke dazugeben und kurz mitschwitzen. Mit Salz und weißem Pfeffer würzen, mit Sahne und Milch aufgießen und abgedeckt leise köcheln lassen bis der Blumenkohl weich ist. Im Anschluss zu einer feinen, glatten Creme mixen. Dabei die Flüssigkeitsmenge je nach gewünschter Konsistenz regulieren. Mit Salz, Zucker, weißem Pfeffer und ein paar Butterflöckchen abschmecken. Die Blumenkohlscheiben in einer Pfanne mit Rapsöl scharf anbraten. Mit Salz und Raz el Hanout würzen. Vor dem Servieren die fein gehackte Petersilie dazugeben. Die Lammrückenlachse mit weißem Pfeffer und Salz würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten kräftig anbraten. Im Ofen bei 140°C Heißluft medium-rare garen und herausnehmen. Das Fleisch für 5 Minuten ruhen lassen und in aufschäumender Butter und einem halben Teelöffel Raz el Hanout nachbraten.