

#wirbleibenzuhause
@gutestubenorderney



Gute Stube
in der Villa Breeksee



LAMMRÜCKEN MIT KRÄUTERKRUSTE

Dazu servieren wir Bohnenbündchen und Rosmarinkartoffeln. Für 4 Personen.
Unser festlicher Hauptgang für ein außergewöhnliches Ostern 2020.

ZUTATEN

ca. 640-720g Lammrücken
(sauber pariert, ergibt im Menü ca.
160g Fleisch pro Person)

2 Weizenbrötchen (getrocknet)
4 Knoblauchzehen
1 kleine rote Zwiebel
400g Prinzessbohnen
6 Scheiben Frühstücksspeck/Bacon
500g Drillinge/Kartoffeln
Olivenöl für die Kruste und zum Braten
Butter zum Braten

Kräuter & Gewürze | Rosmarin,
Thymian, Basilikum, Petersilie,
Oregano, Meersalz, Pfeffer, Chili oder
Cayennepfeffer

ANLEITUNG

Für die Kruste die Brötchen mit einer groben Reibe zerkleinern und in eine Schüssel geben. Eine Knoblauchzehe fein würfeln und mit etwas Salz dazugeben. Kräuter klein hacken, eine halbe Zwiebel fein würfeln und mit 8 EL Olivenöl ebenfalls hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzen und vermengen. (Die Kruste darf nicht zu trocken sein!)

Bohnen in Salzwasser mit Thymian ca. 4 Minuten al dente kochen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Von den langen Bohnen 8 Bohnenbündchen jeweils mit einer halben Scheibe Bacon umwickeln. Restlichen Bohnenbruch und übrigen Bacon in Streifen grob schneiden. Kartoffeln schälen, ca. 20-25 Minuten kochen, abgießen und in Olivenöl

goldgelb anbraten. Zuletzt frischen Rosmarin hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und warmstellen.

Währendessen Lammrücken von der Silberhaut befreien, salzen und pfeffern. Pfanne erhitzen, 2-3 geschälte Knoblauchzehen kurz in Olivenöl anbraten, aus der Pfanne nehmen und das Lammfleisch ca. 3 Minuten von beiden Seite scharf anbraten. Zuletzt etwas frischen Rosmarin und Thymian hinzugeben. Auf ein Backblech umsetzen und die vorbereitete Kruste auf dem Fleisch verteilen. In der noch heißen Pfanne die Bohnenbündchen anbraten und würzen. Zeitgleich in einem Topf den „restlichen“ Bacon und die Zwiebeln mit etwas Butter auslassen, die übrigen Bohnen erhitzen und abschmecken. Die fertigen Bohnenbündchen auf den erwärmten Bohnen warmhalten.

Das Fleisch im vorgeheizten Backofen (höchste Temperatur = ca. 280-300 Grad, Grillfunktion auf Stufe III, mittlere Schiene) ca. 3 Minuten goldgelb überkrusten. Fleisch aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen und portionieren.

Wir wünschen ein frohes Osterfest.

#WIRBLEIBENZUHAUSE

Wir würden gerne. Wir dürfen gerade aber nicht. Ist auch gut so. Deswegen gibt es ein bisschen GUTE STUBE für zuhause. Teilt Eure Back- und Kochkünste mit uns, bleibt gesund und vor allem munter. Liebe Grüße von der Insel und bis ganz bald.