

Zigeunerlamm

Lammrücken gebraten

| | |
|------------------------------|----------------------------|
| | Für 3-4 Personen |
| Zubereitungsart: | Braten / Grill. |
| Vorbereitungszeit: | 30 min (ohne Ausbeinen) |
| Grillzeit: | 30 – 45 min |
| Total Zubereitungszeit: | 1.5 Std |
| Aufwand (hoch, mittel, tief) | mittel |



Ca. 700 g Lammracks (Rückenteil) vom Engadinerlamm

1. Ausgebeinter Lammrücken (ev. mit Filetstücke)
1/2 EL Paprika, 1/2 EL Salz
Fleisch kräftig mit Salz-Paprika-Mischung einreiben
 2. Butterpaste:
2 Knoblauchzehen gepresst
75 g Butter gestückelt
1/2 Dose Sardellenfilets
Alles mit einem Mixer pürieren (Butter evtl. leicht erwärmen)
 3. 2 EL Olivenöl
In Pfanne erhitzen, Fleisch dazugeben;
ca. 10 min bei starker Hitze anbraten, dann vom Herd nehmen.
 4. Sojaöl (od. Olivenöl)
2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten
6 Tomaten geviertelt und entkernt
In Pfanne erhitzen.
Anrösten.
Dazugeben und dünsten.
 5. Gedünstete Tomaten und Zwiebeln
Angebratenes Fleisch
In eingefettete, feuerfeste Form geben.
In die Mitte der Form dazugeben und dann rundum mit Butterpaste bestreichen.
Das Ganze im Backofen (Grilleinstellung) bei ca. 180°C während 30-40min grillieren.
 6. Sauce:
Rest-Flüssigkeit (Bratensatz, Bratenfond)
inkl. Tomaten / Zwiebeln
2 Cl Cognac
1 dl Bouillon
ca. 40 g Crème-fraîche
Pfeffer aus der Mühle
Ausschöpfen und in Pfanne erhitzen (Fleisch warm stellen)
dazugeben
hineinrühren und dann etwas ziehen lassen
würzen; dann das Ganze durch ein Sieb passieren oder pürieren.
- ! Variante zu Schritt 4
Statt Tomaten je 1 grüne, gelbe und rote Peperoni in Streifen schneiden

Quelle: abgeändert nach Kochbuch „Lammgerichte für Geniesser“, s. 75 (Norbert Frank, Matthaes-Verlag)

Notizen:

Mehr Rezepte: <http://www.engadinerschaf.ch/rezepte/>

✂ EINKAUFSZETTEL ✂

- Paprika
- Knoblauch
- 2 Zwiebeln
- 1 Dose Sardellenfilets
- Olivenöl, Sojaöl
- 6 Tomaten (od. 3 Peperoni)
- Cognac
- Crème-fraîche (Sauerrahm)
- 100 g Butter