

Variation von Lamm & Ziege

MIT RATATOUILLE

WOCHEN-
HIGHLIGHT

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 200 °C Heißluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, gut abtropfen lassen und halbieren. Rosmarin waschen, trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und klein hacken. In einer Schüssel zusammen mit Kartoffeln, Olivenöl und Salz gut mischen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 25-30 Minuten im Backofen backen.

Für das Gemüse die Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen, Innenhäute entfernen und die Paprika in mundgerechte Würfel schneiden. Zucchini und Aubergine waschen, putzen und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Rispen Tomaten waschen, den Strunk entfernen, die Tomaten halbieren und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Den

Für 4 Portionen

ZUTATEN

Rosmarinkartoffeln:

800 g kleine, festkochende Kartoffeln
1-2 Rosmarinzweige
3-4 EL Olivenöl
Salz

Ratatouille:

1 rote und gelbe Paprikaschote
2 Zucchini
1 Aubergine
200 g Rispen Tomaten
1 Stange Porree
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Frenched Racks:

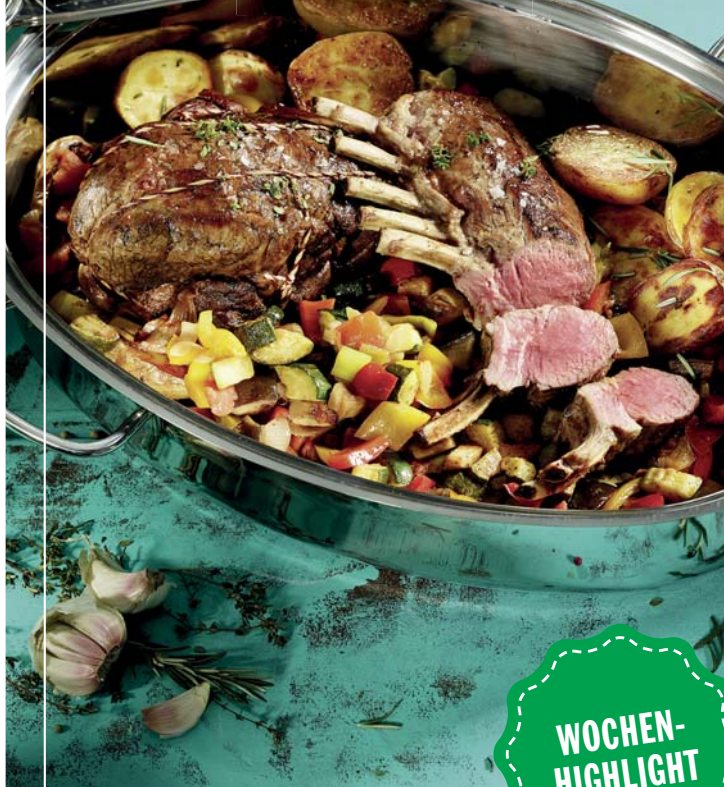
2 Frenched Racks
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 Knoblauchzehen
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
2 EL Olivenöl

Porree putzen, längs halbieren, waschen und in 1 cm dicke Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, Nadeln bzw. Blätter abzupfen und hacken.

Das Gemüse, bis auf die Rispen Tomaten, mit den Kräutern und 2 EL Olivenöl mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer großen beschichteten Pfanne das restliche Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Das Gemüse zugeben und alles ca. 5-8 Minuten mitanschwitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten unter das Gemüse heben, alles in einen Bräter füllen und in den Backofen schieben. Das Ratatouille ca. 20 Minuten im Backofen garen.

Variation von Lamm & Ziege

MIT RATATOUILLE



WOCHEN-
HIGHLIGHT

ZUBEREITUNG

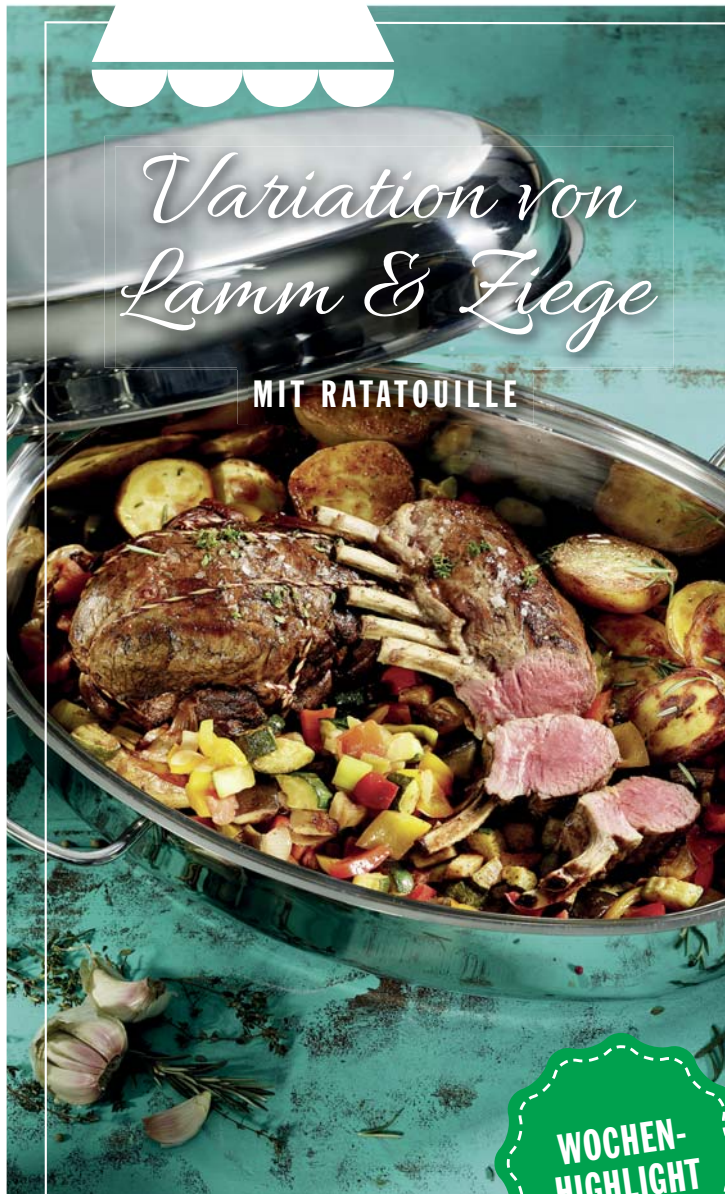
Die Frenched Racks waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehen mit dem Messerrücken andrücken und die Schale entfernen. Kräuterzweige waschen und trocken schütteln. Das Öl mit dem Knoblauch und den Kräuterzweigen in einer Pfanne erhitzen und die Frenched Racks darin ca. 3 Minuten von allen Seiten scharf anbraten. Dann das Fleisch auf das Ratatouille in den Backofen legen und auf eine Kerntemperatur von ca. 54 °C garen. Den Bräter herausnehmen und abgedeckt kurz ruhen lassen. Den Backofengrill einschalten und die Kartoffeln etwa 10 Minuten unter dem Grill knusprig braten. Die Kartoffeln in den Bräter geben und servieren.

Statt der Frenched Racks kann auch ein Rollbraten aus der Lammkeule serviert werden. Dazu erst die Keule

im Backofen zubereiten und kurz vor Ende der Garzeit des Ratatouille den Braten mit dem Ratatouille warm werden lassen.

Variation von Lamm & Ziege

MIT RATATOUILLE



WOCHEN-
HIGHLIGHT

ZUBEREITUNG

Die Lammkeule vom Metzger für einen Rollbraten vorbereiten lassen. Den Thymian waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und klein hacken. Das Fleisch von allen Seiten mit Salz, Pfeffer und etwas Thymian würzen und mit der Außenseite nach unten auf einem Brett ausbreiten.

Die Knoblauchzehen schälen, eine Zehe in dünne Scheiben schneiden und auf dem Fleisch verteilen, die restlichen Zehen grob hacken. Das Fleisch zusammenrollen und mit Küchengarn zu einem Rollbraten binden. Die Schalotten schälen.

Den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Öl in einem Bräter erhitzen, dann den Rollbraten von allen Seiten 5–6 Minuten scharf anbraten. Schalotten und Knoblauch zugeben und weitere 4–5 Minuten braten. Mit Fleischbrühe und dem

ZUTATEN

Lammkeule:

1	küchenfertige Lammkeule
½ Bund	Thymian
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
3-4	Knoblauchzehen
10	kleine Schalotten
5 EL	Olivenöl
250 ml	Fleischbrühe
250 ml	Lammfond
1 EL	Tomatenmark

Lammfond ablöschen, das Tomatenmark und den restlichen Thymian einrühren und den Bräter mit Deckel für ca. 90 Minuten in den Backofen schieben. Den Braten nach ca. 30 Minuten wenden. Nach Ende der Garzeit den Bräter herausnehmen und den Braten im abgedeckten Bräter ca. 10 Minuten ruhen lassen.