

LAMMKEULE MIT EINER KRUSTE AUS ANCHOVIS UND SENF

- PORTIONEN: 8
- ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MINUTEN
- KOCHDAUER: 2 STUNDEN

ZUTATEN:

- 1,3 KG/3 PFUND ENTBEINTE, MAGERE LAMMKEULE
- 4-5 KNOBLAUCHZEHEN, GESCHÄLT UND IN SCHEIBEN GESCHNITTEN
- 4 GROSSE ZWEIGE ROSMARIN
- KALT GEPRESSTES RAPSÖL ODER OLIVENÖL AUS ERSTER PRESSUNG
- 15ML/1 EL KÖRNIGER SENF
- 4 ODER 5 ANCHOVISFILETS IN OLIVENÖL, ABGETROPFT UND FEIN GEHACKT
- EIN GROSSES STÜCK BUTTER, LEICHT WEICH
- 5ML/1 TL HONIG
- MEERSALZ UND FRISCH GEMAHLENER, SCHWARZER PFEFFER

ZUBEREITUNG:

1. LEGEN SIE DAS LAMM AUF EIN SCHNEIDBRETT UND SPICKEN SIE ES MIT KNOBLAUCH UND ROSMARIN, UM ES VORZUBEREITEN. SCHNEIDEN SIE MIT EINER MESSERSPITZE ETWA 1,5 CM IN DAS LAMM UND DRÜCKEN SIE DANN EINE SCHEIBE KNOBLAUCH UND EINIGE ROSMARINBLÄTTER IN DAS LOCH. JE MEHR SOLCHE EINSCHNITTE SIE FÜLLEN, DESTO INTENSIVER WIRD SICH DER GESCHMACK ENTWICKELN. EMPFEHLUNG: 10 BIS 20 EINSCHNITTE. DAS LAMM KANN BIS ZU DIESEM PUNKT GUT VORBEREITET WERDEN, SOGAR SCHON AM ABEND ZUVOR.
2. HEIZEN SIE DEN OFEN VOR: GAS STUFE 4-5, 180-190°C, 350-375°F. REIBEN SIE DAS LAMM ÜBERALL MIT ÖL EIN UND WÜRZEN SIE ES MIT MEERSALZ UND FRISCH GEMAHLENEM PFEFFER, DANN LEGEN SIE ES AUF EIN BACKBLECH, SCHIEBEN ES IN DEN OFEN UND LASSEN ES SO GAREN, WIE SIE IHR LAMM GERNE ESSEN.
3. IN DER ZWISCHENZEIT MISCHEN SIE SENF, ANCHOVIS, BUTTER UND HONIG ZU EINER PASTE. UMGEFÄHR 25 MINUTEN VOR ENDE DER GARZEIT GEBEN SIE DIESE PASTE ÜBER DIE HAUT DES LAMMS UND STELLEN ES WIEDER ZURÜCK IN DEN OFEN. WENN DIE KRUSTE EINE GOLDBRAUNE FARBE BEKOMMEN HAT, NEHMEN SIE DAS LAMM AUS DEM OFEN, LEGEN ES AUF EINEN WARMEN TELLER, DECKEN ES MIT FOLIE AB UND LASSEN ES FÜR 5-10 MINUTEN AN EINEM WARMEN ORT RUHEN, BEVOR SIE ES SERVIEREN.
4. ZU DIESEM GERICHT WÜRDEN GUT EINIGE GERÖSTETE KARTOFFELN, GRÜNES GEMÜSE DER JAHRESZEIT, DAS SIE BEKOMMEN KÖNNEN UND EIN KNACKIGER RADIESCHENSALAT MIR EINEM LEICHTEN DRESSING AUF BASIS VON SAURER SAHNE.

