SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Lammsattel | Vadouvan-Kruste | Ingwer | Honig

Zubereitungszeit: 25 min

Kochzeit: 45 min

Gesamtzeit: 1 h 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Zutaten:

1 Lammsattel

Olivenöl

30 g Vadouvan

60 g Honig

30 g Frischer Ingwer, fein gehackt

20 g Barbecue Salz

20 g Paprikapulver

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

1 Zweig(e) Frischer Rosmarin, fein gehackt

3 Esslöffel Panko

Zubereitung:

1. Den Lamm-Sattel von allen Häuten und Sehnen befreien und die Knochen sorgfältig heraus putzen.

2. Wenig Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Den Lammsattel darin von allen Seiten kräftig anbraten, bis er leicht Farbe annimmt. Anschließend herausnehmen und auf ein Backblech setzen.

3. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

4. Vadouvan, Honig, Ingwer, Barbecue Salz, Paprikapulver, Knoblauch, Rosmarin und Panko in einer Schüssel sorgfältig vermengen. Die Vadouvan-Masse gleichmäßig auf dem Lammrücken verteilen und leicht andrücken.

5. Den Lammsattel etwa 20 Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Dabei regelmäßig kontrollieren, dass die Kruste nicht zu dunkel wird. Bei Bedarf die Temperatur etwas reduzieren.

6. Anschließend den Backofen ausschalten und die Ofentür öffnen. Den Lammsattel noch einige Minuten im Ofen nachziehen lassen. Dann herausnehmen und mindestens 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen, damit sich die Hitze im Fleisch gleichmäßig verteilen kann. Erst danach die Rückenfilets vom Knochen lösen, in Scheiben schneiden und servieren.

7.**Anmerkung**: Nach dem Ruhen bei Raumtemperatur kann das Fleisch bei Bedarf noch einmal kurz in den heißen Backofen gegeben werden, falls es zu stark abgekühlt ist. Anschließend aufschneiden und servieren.