

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 26. März 2021 ▪  
Finalgericht von Johann Lafer



**Rosa gegarter Lammrücken im knusprigen  
Kartoffelmantel mit Balsamico-Zwiebeln und gebratenem  
Zitronen-Spargel**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Zwiebeln:**

10 kleine rote Zwiebeln  
50 g kalte Butter  
125 ml Aceto balsamico  
400 ml kräftiger Lammfond  
1 EL Olivenöl  
2-3 Zweige Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
2 Lorbeerblätter  
50 g Zucker

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebeln abziehen, halbieren und in einem breiten Topf in heißem Olivenöl anbraten. Dabei mit Zucker bestreuen, um sie zu karamellisieren. Mit Aceto balsamico ablöschen. Lorbeerblätter abzupfen. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammfond, Lorbeerblätter, Thymian und Rosmarin zu den Zwiebeln geben und alles bei mittlerer Hitze ca. 35 Minuten ohne Deckel langsam weich schmoren. Vor dem Servieren die Kräuter aus den weich geschmorten Zwiebeln entfernen. Sauce nochmals kräftig abschmecken. Butter nach und nach unterschwenken.

**Für das Lamm im Kartoffelmantel:**

1 dickes Stück Lammkarree (à 400 g)  
500 g große festkochende Kartoffeln  
75 g Butterschmalz  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, waschen und mit einem speziellen Gemüseschneider in spaghetti-lange Streifen schneiden. Lammkarree rundum mit Salz und Pfeffer würzen und jeweils mit der Hälfte der Kartoffel-Spaghetti sorgfältig umwickeln. In einer großen Pfanne im heißen Butterschmalz in etwa 6-8 Minuten von allen Seiten goldbraun braten, dann auf ein Gitter umsetzen und im Ofen (Mitte) in 14 Minuten rosa fertig garen.

**Für den Spargel:**

12-16 Stangen grüner Spargel  
(je nach Dicke)  
1 Bio-Zitrone  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Zitrone heiß waschen, abtrocknen, die Schale mit einem Sparschäler dünn herunterschneiden und in feine Streifen schneiden. Die Zitrone halbieren und von einer Hälfte den Saft auspressen. Spargel waschen, die holzigen Enden wegschneiden und die Stangen in kochendem Salzwasser etwa 3 Minuten vorgaren. Anschließend kalt abschrecken und trockentupfen. Spargel halbieren und mit der fein geschnittenen Zitronenschale in einer großen Pfanne im Olivenöl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Die geschmorten Zwiebeln mit Sauce und gebratenen Spargel auf Tellern verteilen. Das Lamm in Stücke teilen und auf der Sauce anrichten. Das Gericht servieren.

**Zusatzzutaten von Kolja:** *Kolja verwendete keine Zusatzzutaten.*

**Zusatzzutaten von Karl:** *Karl verfeinerte den Zwiebelsud mit Rotwein und Orangenabrieb.  
Orange, Rotwein*

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. März 2021** ▪  
**Zusatzgericht von Johann Lafer**



**Lammrücken unter der Senf-Thymian-Kruste mit  
frittiertem Grünkohl**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Lamm:**

400 g Lammkarree (2 Stück)  
 50 g Pankobrösel  
 2 Knoblauchzehen  
 30 g Butter  
 2 EL scharfer Senf  
 30 ml Olivenöl  
 2 Zweige Thymian  
 1 Zweig Rosmarin

Den Ofen auf 130 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Öl erhitzen und das Lamm darin rundum anbraten.

Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Ein paar Thymian Stängel für die Kruste aufbewahren. Knoblauch abziehen und mit Rosmarin und Thymian zum Fleisch in die Pfanne geben und mit glasieren. Lamm auf ein Backofengitter mit Backblech darunter geben und im Ofen auf eine Kerntemperatur von ca. 55 Grad bringen. Lamm herausnehmen, wenn es gar ist und mit Senf bestreichen.

Thymianblättchen abzupfen, abbrausen, trockenwedeln, zerrupfen und 2 EL auffangen. Thymian und Pankobrösel vermischen und diese Masse auf den Senf streichen. Vier ganz dünne Scheiben Butter schneiden und darauflegen. Das Ganze im Ofen bei 220 Grad Grillfunktion gratinieren.

Wenn man möchte, kann man wie Johann Lafer aus den Lamm-Parüren und Lammfond noch eine köstliche Sauce herstellen, indem man die Parüren in Öl anbrät, mit Fond ablöscht, köcheln lässt und würzt.



Damit das Fleisch gleichmäßig rosa werden kann, ist es immer wichtig, es im Ofen und nicht in der Pfanne zu garen, da die Raumtemperatur des Ofens das Fleisch gleichmäßig gart.

**Für das Gemüse:**

100 g Champignons  
 ½ Zucchini  
 3 Tomaten  
 4 Stängel Frühlingslauch  
 2 kleine rote Zwiebeln  
 2 Knoblauchzehen  
 Olivenöl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons putzen. Tomaten enthäuten. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und hacken. Zucchini waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin anbraten und Zucchini dazugeben. Champignons dazugeben und alles goldbraun anbraten lassen. Lauch putzen, vom Strunk befreien, in Stücke schneiden und mit den abgezogenen Tomaten unter das Gemüse heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Grünkohl:**

100 g Grünkohl  
 Öl, zum Frittieren  
 Mehl, zum Mehlieren  
 Salz, aus der Mühle

Grünkohl in kleine Blätter zupfen, kurz in Mehl mehlieren und anschließend in Pflanzenfett ausbacken. Salzen.

Das Lamm aufschneiden, auf dem Gemüse anrichten und mit dem Grünkohl servieren.