



Das Event mit Nährwert...

Rezepte von DINNER-Rennern für DINNER-Renner

Lammrücken mit Pestokruste

Für 6 Personen

von Peter L.
aus Frankfurt

Zutaten

- 6 Lammrücken ohne Knochen (auch Lammlachse genannt),
- 4 Scheiben Toast- oder Weißbrot
- 2 Eier
- Pestosauce zum marinieren (und zwar so viel, dass das Fleisch gut bedeckt ist. Je nach Konsistenz des Pesto kann man es mit Olivenöl verdünnen)
- 1 Glas Lammfond oder noch besser Demi Glace
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Glas Rotwein
- Senf, Pfeffer und Salz

Vorbereitungszeit: 60 Minuten

Zubereitung

Die Lammlachse am Vortag kaufen und im Pesto einlegen. Dann am Folgetag die Lammlachse aus der Marinade nehmen und etwas säubern. Pfeffern und salzen. Die Fettseite nach unten die andere Seite dünn mit Senf bestreichen. Aus dem klein gewürfelten Brot, den Eiern und 3 - 4 Esslöffeln Pesto einen Teig zubereiten. Den Backofen mit Oberhitze gut vorheizen.

Die Lammlachse in der Bratpfanne in Olivenöl nur auf der Fettseite ca. 1 Minute anbraten. Die Lammlachse dann in eine feuerfeste Form geben, die angebratene Seite nach unten und oben drauf dann mit dem Pestoteig bedecken.

Auf mittlerer Schiene ins Rohr bei 250 Grad oder noch besser Oberhitze bzw. Grill. Dort ca. 5 - 7 Minuten backen, bis die Kruste gebräunt ist.

In der Zwischenzeit oder auch vorher den Lammfond um mindestens die Hälfte einkochen. Vorzugsweise in der Pfanne, in der man vorher das Fleisch angebraten hat. Tomatenmark und Rotwein dazu und weiter kräftig einkochen. Je nach Konsistenz der Sauce mit eiskalter Butter binden. Bei Demi Glace dürfe binden und einkochen kein Thema sein.

Die Lammlachse dann auf der Sauce servieren.

Dazu passen gut Gnocchi aber auch Kartoffel z.B. Gratin und als Gemüse Ratatouille, Zucchini oder grüne Bohnen.

Guten Appetit und viel Spaß beim Nachkochen!

