



Lammrollbraten mit Bauchfleisch

Zutaten (2 Portionen)

Hinter der Lammbrust schliesst sich ein Stück Bauchfleisch (Bauchlappen) an, das der Lammbrust ähnelt, aber von keinen Rippenknochen besetzt ist. Meist wird es zu Hackfleisch verarbeitet und ist kaum als ganzes Stück erhältlich. Entdeckt habe ich das Stück beim türkischen Metzger (in Kempten/Wetzikon), der eben nicht nur die edlen Teile vom Lamm anbietet, sondern manchmal auch Lammhals, sogar Lammherzen und eben auch Bauchfleisch. Der Bauchlappen ist ein flaches Stück, das wie gemacht ist, um daraus einen kleinen Rollbraten mit würziger Füllung zu schmoren. Er ist von reichlich Fett und Bindegewebe durchzogen, das gibt ihm kräftigen Lammgeschmack und macht ihn weich und saftig. Ein Genuss für Lammfleisch-Liebhaber*innen.

Eine würzige Füllung passt zu diesem kräftigen Fleisch: Fein gehackte frische Petersilie, Knoblauch und Pesto genovese. Und als Beilage delikate Quarkgnocchi, kurz angebraten.

350g	Lammfleisch vom Bauch (Dünnung)
1	handvoll italienische Petersilie
2Tl	Pesto
1	Knoblauchzehe
25g	Weissbrot vom Vortag
1/2	kleine Zwiebel (ca. 20g)
1,5dl	Weisswein
1El	Sojasauce (Kikkoman)
1/2El	Glassa (eingedickter Traubenmost)
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Petersilie mit dem Wiegenschermesser fein hacken. Weissbrot entrinden und die Krumme klein würfeln. In eine kleine Schüssel geben. Pesto zugeben und die Knoblauchehe dazupressen. Mit den Fingern zu einer kompakten Masse verkneten.

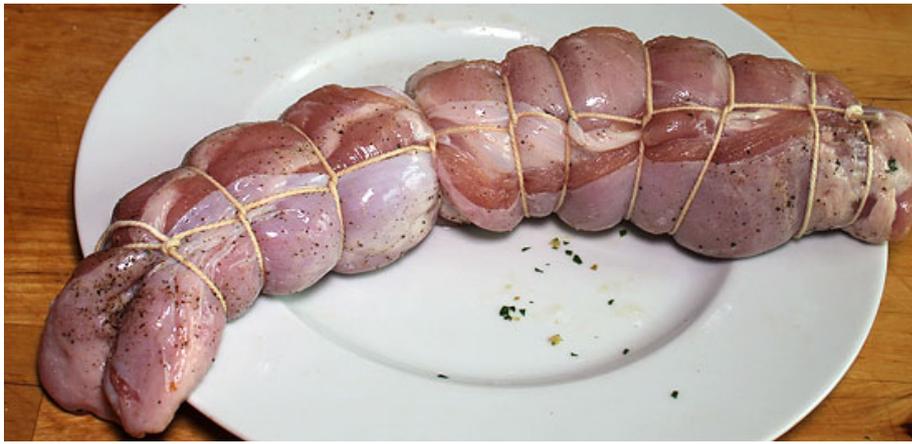
Lammfleisch auslegen und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräutermasse auf etwa 1/3 des Lammfleisches verstreichen. Lammfleisch einrollen und mit Küchenschmür einbinden.

Die Lammfleischroulade ringsum in heisser Bratbutter anbraten. Sobald die Roulade gut angebraten ist, Zwiebel hacken und zugeben. 3-4 Minuten mitrösten. Mit Weisswein ablöschen, Sojasauce und Glassa zugeben. Zugedeckt für 2 bis 2 1/2 Stunden leicht köchelnd schmoren. Eventuell etwas Weisswein nachgiessen und die Sauce gegen Schluss mit Glassa und Sojasauce abschmecken.

Kurz vor dem Aufschneiden des Rollbratens, die Quarkgnocchi in Bratbutter bei mässiger Temperatur ca. 3-4 Minuten anbraten.







Lammrollbraten zugedeckt schmoren

