



## Lammrack an dunkler Biersauce

Dunkles, malziges Bier mit süsslichen Noten ist eine gute Grundlage für Saucen und Marinaden. Es lässt sich gut mit Honig und Sojasauce ergänzen, um den Geschmack nach eigener Vorliebe auszutarieren. Natürlich basiert die Sauce auf der Marinade und wird mit Kräutern ergänzt. Die kräftige Sauce wird zum Schluss mit kalter Butter aufmontiert, was ihr einen seidigen Glanz in Geschmack und Konsistenz gibt. Sie passt ausgezeichnet zum kräftigen Lammfleisch. Als Beilage passen in Rosmarinbutter geschwenkte Nudeln sehr gut.

### Zutaten (2 Portionen)

1 Lammrack, ca. 450g  
Salz  
Bratbutter

### Marinade:

2dl dunkles Bier, z.B. Hardwald dunkel  
4cl Sojasauce  
2-3 Knoblauchzehen, grob gehackt  
2 Lorbeerblätter  
5 Nelken  
10 schwarze Pfefferkörner  
1,5Tl Honig

### Sauce:

abgesiebte Marinade  
3-4 Zweige frischer Thymian  
20g kalte Tafelbutter  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Alle Zutaten für die Marinade kalt aufsetzen und langsam aufkochen. Vorsicht: Sie schäumt dabei kräftig auf. Marinade auskühlen lassen.

Marinade und Lammrack in einen Marinierbeutel geben, dicht verschliessen und 1 bis 2 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Lammrack 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Marinade absieben und die Gewürzreste vom Lammrack abstreifen. Lammrack sogleich ringsum salzen.

Ofen auf 80° vorheizen.

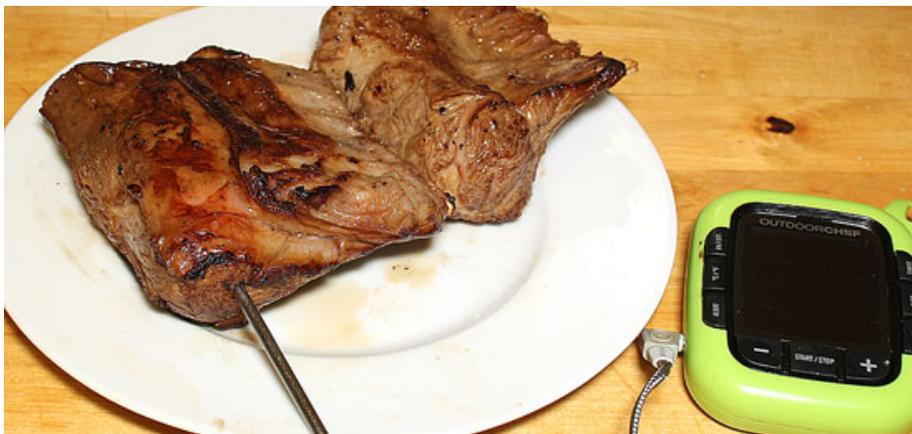
Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen. Lammrack beidseitig kurz und kräftig anbraten. Bratenthermometer an der dicksten Stelle einstecken, darauf achten, dass die Messnadel den Knochen nicht berührt.

Im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 56° garen. Das dauert ca. 35 Minuten. Ofen ausschalten und das Lammrack bei angelegelter Ofentüre 5 Minuten nachziehen lassen. Bei einer Kerntemperatur ist das Fleisch rosa, es kann auch bis 65° gegart werden, ist dann fast durchgegart, aber immer noch sehr saftig.

Abgiefeselte Thymianblättchen zur abgeseibte Marinade geben und aufkochen. Auf die Hälfte einkochen lassen. Kochplatte ausschalten, sobald die Sauce nicht mehr köchelt die kalte Butter stückchenweise mit dem Schwingbesen einmontieren. Ev. mit Salz und Pfeffer abschmecken.











*Rosmarin-Knoblauchbutter für die Nudeln*

