



Gebeiztes Lammragout mit Sauerrahm

Das Rezept ist einer Blanquette nachempfunden. Das Fleisch wird nicht angebraten und zusammen mit Rüebli, Zwiebel und Lorbeer in einer Bouillon gegart und zum Schluss mit Sauerrahm abgerundet. Vorab wird es in einer säuerlichen Marinade gebeizt, das gibt dem Lammragout einen gaumenanregenden Pepp. Der ganz trockene französische Wermut Noilly Prat ist neben der Säure nicht direkt herauszuschmecken, er verleiht der Sauce aber einen dezenten, runden und wohlgefälligen Geschmack.

Ofenkartoffeln und geschmorte grüne Bohnen passen ausgezeichnet zu diesem säuerliche Lammragout.

Zutaten (2-3 Portionen)

Zutaten

400g Lammvoressen

Beize:

5cl weisser Balsamico

5cl Noilly Prat

3 Knoblauchzehen

1/2Tl Pfeffer

Lammragout:

150g Rüebli

50g Zwiebel

~3dl Gemüsebouillon

2 Lorbeerblätter

50g Sauerrahm

Pfeffer

1/2Tl Maizena

Zubereitung

Balsamico, Noilly Prat und Pfeffer vermischen, Knoblauch grob hacken und zugeben. Zusammen mit dem Fleisch in einen Marinierbeutel geben, gut verschliessen und 4-5 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Zwiebel längs zur Schale halbieren und zu groben Scheiben schneiden. Rübli zu ca. 5mm dicken Scheiben schneiden.

Lammfleisch mit der Beize in eine Pfanne geben, Rübli, Zwiebel und Lorbeerblätter zugeben. Wasser zugliessen bis alles gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Bouillonextrakt einrühren und aufkochen. Deckel aufsetzen und 1 1/2 Stunden leicht köcheln lassen. Sud ev. mit Bouillonextrakt nachwürzen. Deckel abnehmen und das Ragout eine weitere 1/2 Stunde köcheln lassen. Sauerrahm untarrühren und mit wenig Maizena leicht abbinden. Zum Schluss mit Pfeffer abschmecken.





