

Lammkarree, im Ofen gebraten, mit Oliven-Kräuterkruste:

Beim Kaufen von Lamm darauf achten: es soll nicht zu dunkelrot sein und zwar schön feucht, aber nicht nass oder schleimig. Fleisch soll hellrot sein, dann ist die Chance groß, dass es nicht „hammelig“ schmeckt.

Lammkarree im ganzen Strang putzen. Oben beim Knochen eine Fettschicht dran lassen: ca. 3 cm vom Knochen her nach unten.

Mit Würzmischung, Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Temperatur in der Pfanne anbraten. Das Fleisch ist ziemlich dick, würde es hier mit hoher Temperatur gebraten, dann würde es außen ganz schnell zu dunkel.

Jungen Knoblauch unten anschneiden, damit durch Pfanne rühren.

Von Weißbrot die Ränder abschneiden. Das Weißbrot in Würfel schneiden, Olivenöl, Knoblauchpulver, Salz, Pfeffer, etwas Kräuter Provençale, 1 Eigelb dazu, durchmischen, etwas Petersilie, etwas Kerbel, Schnittlauch klein hacken, geschälte Tomate klein hacken, zugeben, untermischen. Mit Salz und Pfeffer vorsichtig sein, da Olivenöl ja auch etwas salzig ist.

Fleisch im Backofen bei 175 °C für 5-6 Minuten bei Umluft braten. Rausnehmen und leicht abkühlen lassen. Eine dicke Schicht der Brot-Oliven-Kräutermasse auf das Fleisch geben und bei Oberhitze, oberste Schiene bei 180 °C in Ofen geben.

Romanesco-Blätter und einige klein geschnittene, geschälte Tomatenstücke in Teller anrichten. Ceasar Dressing drüber geben.

Lammkarrée in Scheiben schneiden und dazulegen.