



Lammrücken – verkehrt herum mit Tomatenmarmelade und Polentataler

Zutaten für 4 Portionen:

1,2 kg Lammkrone, 2 Knoblauchzehen, 1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian, ½ Limette, 1 Zippbeutel, Olivenöl

Zubereitung:

Den Lammrücken parieren, Stiele putzen und mit den Kräutern, Knoblauch, den Limettenscheiben und 3 Esslöffeln Olivenöl in den Zippbeutel geben und verschließen. Den Beutel in 60 ° C heißes Wasser oder in einen auf diese Temperatur vorgeheizten Dampfgarer legen und darin ca. 2 Stunden garen lassen. Beim heißen Wasser häufig die Temperatur überprüfen. Nach der Garzeit das Fleisch aus dem Beutel nehmen und abdecken. Die im Beutel enthaltene Flüssigkeit in ein schmales hohes Glasgefäß geben. Nach ein paar Minuten trennt sich das Öl aus der Flüssigkeit und setzt sich oben ab. Dieses Öl in einer Pfanne erhitzen und den Lammrücken darin anbraten und erst jetzt mit Meersalz und Pfeffer würzen.