Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



LAMMKARREE MIT KRÄUTERKRUSTE

ZUBEREITUNG: 35 MIN. · KOCHZEIT: 10 MIN. · BACKZEIT: 20 MIN.

Wir sind voll in Osterstimmung. Zu Hause den ganzen Tag im Schlafanzug rumrennen, gemütlich mit meinem Sohn spielen…ein Traum. Ich habe auch heute keine Lust zu kochen. Am Sonntag ist wieder das ganze Programme angesagt, mit Backen, Kochen und Kuchen zum Kaffee. Aber heute, NON!

Ich habe euch aber nicht vergessen und werde euch nicht „Rezeptlos“ in das Osterwochenende gehen lassen. Ostern bedeutet auch Lamm und extra für euch habe es schon letztes Wochenende genossen. (ich weiß, wir opfern uns sehr gern für euch!!! ;-)) Dieses Mal war unser Fleisch mit Kräuterkruste drapiert, eine echte Frühlingsvariation! Dazu gab es auch kleine Kartoffeln, kennt Ihr sie? Die Kleinen mit dem süßen Geschmack!!! Un vrai régal….

Ich habe gaaanz viel Petersilie mit Haselnüssen und Parmesan zusammen gemixt und damit mein Fleisch eingewickelt. Délicieux!

Die Fragen, die bestimmt kommen werden, habe ich schon beantwortet □□

Wie kann ich das Rezept kochen, wenn ich keine Nüsse vertrage?

Gaaanz einfach, statt den Nüssen, ein bisschen Paniermehl eingeben.

Welche Kräuter braucht man, um eine Kräuterkruste zu machen?

Ich bereite sie sehr gern nur mit Petersilie, aber man kann auch sehr gut Salbei, Koriander, Basilikum, frisches Oregano nehmen. Wichtig ist, dass die Kräuter immer **frisch** sind.

Und welche Sauce serviere ich dazu?

Immer die Reste verwenden. Ich habe den Rest der Zutaten für die Kräuterkruste einfach mit ein bisschen Weißwein aufgelöst, zum Kochen gebracht und dann mit 70 g Butter cremig gerührt. (nur für den Geschmack!). Und dann mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt.

Generell finde ich immer das immer als die beste Lösung, wenn man eine Sauce braucht. Oder den Bratenjus verfeinern oder noch die Kräutermischung weiter bearbeiten.

Und was gibt es bei uns dieses Jahr am Ostersonntag? **Kig Ha Farz**, den MUSS ich schon am Samstag Abend vorbereiten und ich freue mich schon riesig drauf !:-)

Zutaten für Lammkarree mit Kräuterkruste für 4 Personen:

700 g Lammkarree, 1 großer Bunt Petersilie, 2 Zwiebeln, 50 g gemahlene Haselnüsse, 50 g Parmesan, 3 Knoblauchzehe, 30 g + 30 g Butter, Olivenöl, 700-800 g kleine Frühlingskartoffeln

1- Die Kruste vorbereiten:

Die Petersilie putzen und nur die Blätter verwenden…. In einem Mixer die Petersilienblätter zusammen mit den Haselnüssen, Parmesan, 30 g Butter und einem kleinen Knoblauchzeh fein pürieren. Dieses Püree mit Salz und Pfeffer mischen. Die Mischung zwischen Backpapierblätter glatt aufteilen ….

…ungefähr so, und jetzt geht das Blatt in den Kühlschrank zum Abkühlen. Es muss fest werden.

2- Das Lammkarree mit Pfeffer und ein bisschen Mehl bestäuben.

Dann das Lammkarree in einer heißen Pfanne mit 30 g Butter und 2 kleinen Knoblauchzehe von jeder Seite scharf anbraten.

Das Lammkarree herausnehmen und es mit der Petersilienschicht abdecken wie gezeigt:

3- In einer Auflaufform kleine **vorgekochte** Frühlingskartoffeln, grob geschnittene Zwiebeln und die gebratenen Knoblauchzehe platzieren…

Obendrauf das Fleisch platzieren und ein „Filet d'huile" (ein bisschen Olivenöl) auf das Ganze gießen.

Jetzt geht die Form in den Backofen bei 190°C für 15 bis Maximum 20 Minuten (wie ihr es mögt). Anschließend lasse ich das Fleisch noch 5 Minuten ziehen (entweder abgedeckt mit Alupapier aus dem Backofen heraus, oder in dem Backofen, wenn er ausgeschaltet ist).

Als kleiner Tipp für euch, haben wir zum Essen diesen leckeren Bergerac getrunken, den wir damals direkt vor Ort bei einem kleinen Produzenten gefunden hatten. Also falls ihr Urlaub dort macht, lohnt es sich wirklich vorbeizuschauen!

Ich wünsche euch schöne Feiertage und gemütliche Momente mit euer Familie.

Gros Bisous

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de