

„Berliner Bollenfleisch,, – Lammragout mit türkischen Aromen, gefüllten Zwiebeln und Schafskäse

Rezept für 4 Personen

Zubereitungszeit : 4 Stunden

Zutaten:

Für das Lammragout

1 kg Lammfleisch aus der Schulter, pariert und in 50 g Stücke geschnitten
 Meersalz aus der Mühle, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 1 El schwarze Pfefferkörner
 1 El Kreuzkümmel
 1 El Sumach
 1 El Korianderkörner
 4 Zweige Rosmarin
 Olivenöl
 4 kleine Zwiebeln
 1 Knolle junger Knoblauch
 3 Stängel Staudensellerie
 ½ Fenchelknolle
 1 mehlig kochende Kartoffel
 4 Tomaten
 0,1 l Weißwein
 1 l Lammfond
 1 kleines Bund Minze

Für das Paprikacouscous

200 g CousCous, grob
 2 rote Paprika
 400 ml Geflügelfond
 1 Tl Raz el Hanout (marrokanische Gewürzmischung)
 1 El gezupfter Thymian

Für die gefüllten Zwiebeln

10 kleine weiße Zwiebeln
 4 kleine rote Zwiebeln
 500 g grobes Meersalz

Für die Schafskäsezigarren und die Zwiebelfüllung

200 g junger, weicher Schafskäse
 eventuell etwas Milch oder Joghurt
 4 Blätter Kanakiteig, Strudelteig oder Frühlingsrollenteig
 1 Ei

Für den Petersiliensalat

1 kleines Bund junge Blattpetersilie
 1 kleines Bund Minze
 1 Zitrone
 4 El gehobelte Mandeln
 1 Zehe junger Knoblauch
 Zucker
 Olivenöl

Zum Anrichten

4 El Arganöl

Vorbereitung :

Für das Lammragout Pfeffer, Kreuzkümmel, Sumach und Koriander in einer Pfanne rösten, mörsern und das Fleisch damit einreiben. Salzen und die Fleischwürfel in Olivenöl anbraten. Zwiebeln und Knoblauch schälen, vierteln und zugeben. Sellerie, Fenchel und die geschälte Kartoffel grob schneiden und mit anbraten. Tomaten und Rosmarin zugeben, kurz mit anschwitzen, mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Lammfond auffüllen. Abdecken und im Ofen bei 150 °C in ca. 2 Stunden weich schmoren. Das Fleisch ausstechen, die Sauce etwas reduzieren, die Minze kurz darin ziehen lassen und die Sauce passieren. Die Sauce soll nur leicht gebunden sein.

Für das Paprikacouscous die Paprikaschoten 30 Minuten in den Ofen bei 170 °C geben, häuten. 1 Paprika davon mit dem heißen Geflügelfond pürieren.

Den CousCous Grieß mit Raz el hanout mischen, salzen, mit dem kochenden Paprikafond übergießen und 15 Minuten quellen lassen. Die zweite Paprika grob hacken und zusammen mit dem Thymian untermischen.

Für die gefüllten Zwiebeln das Meersalz auf einem flachen Backblech verteilen, die Zwiebeln ungeschält aufsetzen, 30 Minuten im Ofen weich garen, noch warm schälen und das Innere herausdrücken.

Mit einem Zestenreißer die Zitronenschale in langen Streifen abziehen und in kochendem Wasser blanchieren, bis sie weich sind.

Die gehobelten Mandeln in einer beschichteten Pfanne leicht rösten.

Zubereitung :

Den Schafskäse in einer Schüssel mit einem Spritzer Zitronensaft glattrühren, wenn nötig wenig Milch oder Joghurt zugeben. Leicht salzen und pfeffern, die weißen Zwiebeln damit füllen, den Rest auf Kanakiteigblätter geben und zu langen Rollen formen. Das Ei trennen, Eigelb mit etwas Wasser verrühren und die Rollen damit einstreichen. Auf Backpapier legen und im Ofen goldgelb backen.

Die roten Zwiebeln mit dem vorbereiteten Paprika CousCous füllen und mit den weißen Zwiebeln im Ofen überbacken.

VÄU

R E S T A U R A N T

Eine kleine Schüssel mit der Knoblauchzehe ausreiben, Blatt Petersilie und Minze zupfen, und in der Schüssel mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, Zitronensaft, den blanchierten Zesten und Olivenöl anmachen.

Die Lammfleischwürfel im Schmorfond erhitzen, beim Anrichten mit Arganöl beträufeln und die gefüllten Zwiebeln dazu anrichten. Die gebackenen Schafskäse „Zigarren“, den restlichen CousCous und den Petersilien- Minzsalat dazu reichen.

Empfehlung :

Bei türkischen Metzgern bekommt man in der Regel sehr verlässlich gutes Lammfleisch. Lamm ist für mich aber trotzdem ein typisches Sommergericht, im Herbst und Winter legt sich auch ein Lamm mehr Fett zu, was den Geschmack stören kann. Die gefüllten Zwiebeln sind für sich ein schöner vegetarischer Gang.

