

Aus der Hado-Küche: Ein Fleischrezept

Restaurant Services

Lammkeule, im Kräutersud pochiert, auf Bärlauchrisotto

für 4 Personen:

| | |
|-------|---------------------------------------|
| 1 | Lammkeule ohne Knochen |
| 3 | Zweige Thymian |
| 2 | Zweige Rosmarin |
| 1 | TL Basilikumpaste |
| 1 | TL Knoblauchpaste |
| 3 | Lorbeerblätter |
| 12 | Cocktailtomaten |
| 120 g | Risottoreis |
| 4 | Schalotten |
| 1 | TL Galgantpaste |
| 0,4 l | Weißwein |
| 2 l | Gemüsebrühe |
| 1 | Bund Bärlauch oder 3 TL Bärlauchpesto |
| | Algensalz, Pfeffer |
| 60 g | geriebener Parmesankäse |
| 100 g | Butter |
| | Olivenöl |

Die Gemüsebrühe auf etwa 75 °C erhitzen. Die Lammkeule gut mit Algensalz und der Knoblauchpaste einreiben und pfeffern. Scharf anbraten und mit den Lorbeerblättern in die Brühe geben. Ca. 2 – 2 ½ Stunden (je nach Größe der Keule) garen lassen. Zum Garenden den Rosmarin für 10 Minuten dazu geben und dann heraus nehmen.

Die Schalotten in kleine Würfel schneiden und in Olivenöl glasig anschwitzen. Den Risottoreis und den Thymian zugeben und mit einer Kelle warmer Gemüsebrühe und dem Weißwein angießen. Nun unter ständigem Rühren (am besten mit einem Holzlöffel) immer wieder etwas Gemüsebrühe zugeben, bis das Risotto die richtige Konsistenz, also im Kern einen leichten Biss hat. Das Wichtigste beim Zubereiten eines Risottos ist, dass immer nur wenig Flüssigkeit zugegeben wird, sodass das Reiskorn durch die ständige Reibung die Reisstärke freigibt und man so ein schönes sämiges Risotto erhält. Wichtig ist auch, dass das Risotto bereits am Anfang gesalzen wird, da das Reiskorn das Salz während des Kochvorgangs mit der Flüssigkeit am besten aufnehmen kann. Zum Schluss die Butter, den Bärlauch, die Galgantpaste und den Parmesankäse unter das Risotto rühren.

10 Minuten, bevor die Lammkeule fertig ist, die Cocktailtomaten in einer Pfanne anbraten und mit Basilikumpaste schwenken, anschließend mit anrichten.