

Lamm-Crumble mit Römersalat und Caesar-Dressing

Zutaten für das Lamm (für 4 Personen):

- 1 kg Lammkeule
- Olivenöl
- 2 Zwiebeln
- 4 Zehen junger Knoblauch
- 3 EL Tomatenmark
- 350 ml Rotwein
- alternativ: Johannisbeersaft
- 2 TL Honig
- 2 Lorbeerblätter
- Salz
- 5 Pfefferkörner
- 250 ml Wasser

Lammkeule in daumengroße Würfel schneiden und alle Sehnen und das Drüsengewebe (die fettartigen Knubbel im Fleischstück) entfernen. Tipp: Alternativ zum Lamm kann man auch Rinderhüfte oder Hähnchen-Keule verwenden. Olivenöl in eine Pfanne geben und das Fleisch darin scharf anbraten - das macht man am besten in zwei Etappen, denn die Fleischstücke sollen schön angeröstet werden und nicht im austretenden Bratsaft kochen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln in Würfel, den jungen Knoblauch grob klein schneiden. Hat das Fleisch Farbe bekommen, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und anschwitzen, bis sie glasig sind. Tomatenmark hinzufügen, gut vermischen und leicht anrösten lassen. Mit 1 Schuss Rotwein ablöschen und einkochen lassen.

Nach etwa 5 Minuten wieder 1 Schuss Rotwein dazugeben und reduzieren lassen. Wenn er komplett verkocht ist, den restlichen Rotwein dazugeben und köcheln lassen. Mit Honig leicht süßen, Wasser, etwas Salz, Pfefferkörner und Lorbeerblätter dazugeben. Gut verrühren und bei geschlossenem Topf 20-30 Minuten leicht köcheln lassen. Zwischendurch immer wieder umrühren.

Zutaten für den Streusel-Teig:

- 230 g Dinkelmehl
- 0,5 Päckchen Backpulver
- 2 Prisen Salz
- 100 g kalte Butter
- 120 ml Buttermilch
- 0,5 TL frischer Majoran
- aus der Mühle: Pfeffer

In der Zwischenzeit den Teig anrühren. Mehl in eine Schüssel geben, Backpulver und Salz darin vermischen, die kalte Butter in Stücke schneiden und mit der Buttermilch dazugeben. Alles mit den Händen zu einem bröseligen Teig verkneten. Wer mag, gibt noch etwas kleingehakten Majoran und frisch gemahlene Pfeffer dazu.

Das gegarte Ragout in eine feuerfeste Auflaufform geben und den Crumble-Teig locker darauf zupfen. Bei 140 Grad etwa 15 Minuten im backen, bis die Brösel schön knusprig sind.

Zutaten für den Salat:

- 2 Römersalate
- 80 g gereifter Gouda
- 2 Eier

- 2 EL grober Senf
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 TL Honig
- 1 Bio-Zitrone
- Meersalz
- frischer Pfeffer
- 50 ml Olivenöl

Für das Dressing Eier, Senf, kleingehakten Knoblauch, Honig, etwas Zitronenabrieb, Salz, frischen Pfeffer aus der Mühle und den Saft der ganzen Zitrone vermengen. Den Käse fein reiben und dazugeben. Kurz mit einem Pürierstab durchmischen. Dann das Olivenöl bei laufendem Mixer langsam nach und nach hineinlaufen lassen. So entsteht eine feste Emulsion.

Den Salat im Ganzen waschen, ausschütteln, der Länge nach halbieren und reichlich Dressing auf die Schnittseiten geben. Das Dressing mit einem Löffel "einmassieren", sodass es zwischen die Salatblätter läuft. Etwas Käse darüber reiben und mit frischem Pfeffer aus der Mühle würzen.

Servieren:

- frischer Majoran
- frischer Thymian

Das knusprig gebackene Ragout aus dem Ofen nehmen, mit frischem Majoran und Thymian überstreuen und zusammen mit dem Salat im Ganzen servieren.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 10.12.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen