

Lamm-Crumble mit Römersalat und Caesar-Dressing

Zutaten für das Lamm (für 4 Personen):

- 1 kg Lammkeule
- 2 Zwiebeln
- 4-6 Zehen junger Knoblauch
- 3 EL Tomatenmark
- ¼-½ l Rotwein
- alternativ: Johannisbeersaft
- 2 TL Honig
- 2 Lorbeerblätter
- Salz
- grobe Pfefferkörner
- Olivenöl

Die 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 Brat-Saft 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. Dann 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, erneut 1 Schuss Rotwein dazugeben und köcheln lassen. Mit Honig leicht süßen, 200-250 ml Wasser, 2 Prisen Salz, 5 Pfefferkörner im Ganzen und 1-2 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
- 100 g kalte Butter
- 120 ml Buttermilch
- ½ Päckchen Backpulver
- ½ TL frischer Majoran
- alternativ: ¼ TL getrockneter Majoran
- aus der Mühle: frischer Pfeffer
- Salz

In der Zwischenzeit den Teig anrühren. Mehl in eine Schüssel geben, das Backpulver und 2 Prisen 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 Ofen backen, bis die Brösel schön knusprig sind.

Zutaten für den Salat:

- 2 Römersalate
- 80 g gereifter (mit Salzkristallen) Gouda
- 2 Eier
- 2 EL grober Senf
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 TL Honig
- 1 unbehandelte Zitrone
- Meersalz
- frischer Pfeffer
- 50 ml Olivenöl

Für das Dressing Eier, Senf, kleingehakten Knoblauch, Honig, Abrieb von ½ Zitrone, 1-2 Prisen Salz, etwas frischen Pfeffer aus der Mühle und den Saft der ganzen Zitrone vermengen. Den Käse fein reiben und dazugeben. Alles kurz mit einem Pürierstab durchmischen. Dann bei laufendem Mixer langsam nach und nach das Olivenöl 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:

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!

Letzter Sendetermin: 07.10.2018

Koch/Köchin: Tarik Rose

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