

Tiroler Lammrücken

Tiroler Lammrücken mit Rosmarinkartoffeln

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

1 kg Tiroler Lammrücken
1 Rosmarinweig
2 Schalotten
Butter
Salz, Pfeffer
ca. 1/2 l Kalbsfond oder
Rindssuppe
2 EL Rotwein, kräftig

Zutaten für die Beilage:

1 kg kleine, junge Kartoffeln
4 Zweige Rosmarin
3 Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl
1 Zweig Thymian
Salz, Pfeffer

1. Zubereitung Fleisch

Den Lammrücken salzen und pfeffern, anschließend in einer feuerfesten Pfanne Olivenöl erhitzen und das Fleisch auf allen Seiten kurz anbraten. Anschließend den Lammrücken mit Kräutern und fein gehackten Schalotten bei 130 °C für mind. 20 Minuten in den Backofen schieben bis die Kerntemperatur 55 °C beträgt.

Nach dem Garen das Fleisch für ca. 10 Minuten an einem warmen Ort rasten lassen.

Für die Sauce den Kalbsfond um die Hälfte einkochen lassen, anschließend den Rotwein einrühren und noch einmal aufkochen lassen. Zum Binden der Sauce zum Schluss etwas kalte Butter einrühren.

2. Zubereitung Beilage

Die Kartoffeln gründlich unter fließendem Wasser waschen und im Anschluss vierteln. Den Backofen auf 180° vorheizen. 2 Zweige Rosmarin grob hacken und die übrigen Zweige grob zerteilen. Knoblauch schälen, in feine Scheibchen schneiden und mit dem Öl, den grob zerteilten Rosmarinweigen und den Kartoffeln in einer Schüssel gründlich mischen.

Nun die Kartoffeln auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backrost legen und ca. 20 Min. bei 200°C Ober-/Unterhitze garen. Anschließend nochmal 5 Min. bei Oberhitze und 250°C bräunen.