

Lammrücken mit Ra el-Hanout

Zutaten

(für 4 Personen)

800 g Lammlachse

1 gelbe & 1 rote Paprikaschote

2 Schalotten, fein gehackt

6 Knoblauchzehen

2 Wurzelpetersilien, gewürfelt

½ Sellerieknolle, gewürfelt

4 Möhren, in Scheiben

800 ml Geflügelfond

1 Thymianzweig

2 Lorbeerblätter

4 TL Spicy's Ras el Hanout

Olivenöl, Butter, Salz und Pfeffer

Zubereitung

Öl in der Pfanne erhitzen und Schalotten, Knoblauch, Paprika, Wurzelpetersilie, Sellerie und Möhren anbraten. Mit dem Fond ablöschen und Thymian, Lorbeer und Spicy's Ras el-Hanout zugeben.

Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen. Danach ohne Deckel eindicken lassen. Dann das Öl mit einem kleinen Stück Butter in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin anbraten.

Wenn das Gemüse soweit eingedickt ist, Lammlachse drauflegen.

Bratensatz in der Pfanne mit ein bisschen Wasser ablöschen und dieses auch zum Gemüse geben. Zugedeckt nochmal bei kleiner Hitze ziehen lassen, bis das Fleisch den gewünschten Gargrad hat.

Zum Servieren das Lamm herausnehmen und in dicke Scheiben schneiden. Gemüse auf Tellern verteilen, Lammtranchen darauf legen, pfeffern und salzen. Wer mag kann auch etwas Reis dazu reichen.