



FEINHEIMISCH

Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

FEINHEIMISCH - Rezept des Monats Mai 2009

Gebratenes Lammrückenfilet mit Spargel im Tempurateig und Kartoffelsouffle

Von Küchenchef Ulf Sierks vom Restaurant Bärenkrug



Zubereitung:

Lamm Lammrückenfilet würzen und in der Pfanne anbraten, Thymian und Rosmarin beifügen und bei 100° C im Ofen fertigaren. Kerntemperatur: 53° C

Spargel Den Spargel schälen und im abgeschmecktem Fond fertig kochen. Den gekochten Spargel im Eiswasser abschrecken, trocken legen und die Stangen „dritteln“.

Tempurateig Aus Stärkemehl, Mehl, Kurkuma und Wasser einen Tempurateig herstellen. Die Spargelstücke würzen und kurz in Stärkemehl wenden, durch den Teig ziehen und im heißen Fett fertig backen.

Kartoffelsouffle Die Kartoffeln kochen und pressen, dabei locker auf dem Backblech verteilen und für ca. 10 Minuten im Ofen bei ca. 180° C trocknen. Dann die Eigelbe, Butter, geschlagene Sahne zur Kartoffelmasse geben und würzen. Das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Die Masse in 4 gebutterte, ofenfeste Förmchen füllen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C ca. 15 Minuten backen bis das Souffle schön aufgegangen ist.

Anrichten Das Lammfilet aufschneiden und die gebackenen Spargelstücke schräg übereinander legen, das Souffle aus der Form nehmen und sofort servieren.

Zutaten (für 4 Personen):

Lamm
800g Lammrückenfilet,
Salz, Pfeffer, Thymian,
Rosmarin

Spargel
1500g, Salz, Zucker,
Zitrone

Tempurateig
25g Mehl, 40g
Weizenstärke, 1/8 TL
Kurkuma, 85 ml Wasser

Kartoffelsouffle
1kg Kartoffeln, 70g Butter,
4 getrennte Eier,
1/2 l Sahne, Salz, Pfeffer,
Muskat

Weinempfehlung
2005 Kasseler Riesling,
QBA Trocken, Weingut
Reichsgraf von Kesselstatt
Mosel