

Kochen

Viktoria Fuchs

Dienstag, 14.05.2019

Für 4 Personen

Spargelspitzensalat mit Lammrücken

Zutaten:

Für den Salat

1,5 Kilo Spargelköpfe, weiß
Salz
Zucker
1 Bund Petersilie
100 g Parmesan
50 g Pinienkerne
Pfeffer
4 EL Apfelessig
6 EL Olivenöl
4 EL Rapsöl

Für den Rhabarber

4 Stangen Rhabarber, rot
100 g Zucker
Pfeffer

Für die Lammrücken

4 Lammrücken à 100-150 g
Salz
Pfeffer
4 EL Butterschmalz
20 g Butter
1 Stiel Rosmarin



Zubereitung:

1. Den Spargel evtl. schälen. Reichlich Wasser mit etwas Salz und etwas Zucker aufkochen lassen.
2. Den Spargel ins kochende Wasser geben und die Temperatur herunterschalten, das Wasser darf nicht mehr kochen. Spargel ca. 9 Minuten bissfest ziehen lassen.
3. Inzwischen Petersilienblättchen abzupfen und fein schneiden. Parmesan fein reiben.
4. Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Pinienkerne auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und ca. 6 Minuten rösten.
5. Spargel herausheben, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker leicht würzen.
6. Essig und beide Öle zugeben und gut mischen.
7. Pinienkerne aus dem Ofen nehmen und grob hacken.
8. Pinienkerne und Petersilie zum Spargel geben und bis zum Servieren marinieren.
9. Den Rhabarber abbrausen aber nicht schälen. Die Stangen schräg in ca. 3,5 cm lange Stücke schneiden.
10. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Rhabarber darauf verteilen. Backofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze hochschalten.
11. Zucker hellgelb karamellisieren lassen und gleichmäßig über dem Rhabarber verteilen. Mit etwas Pfeffer bestreuen.
12. Das Blech abdecken und ca. 6-9 Minuten garen.
13. Die Lammrücken mit Salz und Pfeffer würzen.



14. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin von allen Seiten anbraten und mit der Pfanne ca. 2-3 Minuten in den Backofen stellen.

15. Lammrücken herausnehmen. Butter und Rosmarin in die Pfanne geben. Butter aufschäumen lassen.

16. Lammrücken in der Butter ca. 2 Minuten braten, leicht salzen und in 3 gleichmäßig große Stücke schneiden.

17. Spargelsalat erneut abschmecken. Parmesan darüber streuen.

18. Spargelsalat mit Lamm und ca. 3-4 Stücken Rhabarber anrichten. Mit Sauerampfer und Wildkräutern garnieren. Dazu passt Brot.