



Pochiertes Lammgigot an Salsa verde mit Kartoffel-Cuts

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)



Für die Lammkeule :

1	Bund Suppengrün	
2	Zwiebeln	
2	Knoblauchzehen	
1	Chilischote	
3	Lorbeerblätter	
1	Bund Thymian	
1	Zweig Rosmarin	
ca. 1,5 kg	Lammkeule	entbeint und pariert
	Pfeffer	grob gestossen

Für die Salsa verde :

50 g	frisches Weissbrot	entrinden, einlegen
4 EL	Weisswein	
4 EL	Weissweinessig	
2	Bund glatte Petersilie	grob hacken
1	Bund Basilikum	grob hacken
1	Knoblauchzehe	sehr fein hacken
3	eigelegte Sardellenfilets	abtropfen
2 EL	feine Kapern	
1 MSP	Cayennepfeffer	
1 dl	Olivenöl	
	Salz	

Für die Kartoffel-Cuts

250g	mittelgrosse, festkochende Kartoffeln	vierteln
4 EL	Olivenöl	
1	Zweig Rosmarin	
1 TL	Meersalz	



1. Für die Lammkeule das Suppengrün putzen und klein schneiden. Schälen und achteln Sie die Zwiebeln. Die Chilischote halbieren, die Lorbeerblätter mehrfach einschneiden. Geben Sie das Suppengrün mit Zwiebeln, Chili, 2 Lorbeerblättern und der Hälfte des Thymians mit 3l kaltem Wasser in einen Topf, kochen Sie alles zugedeckt auf und salzen Sie das Ganze kräftig. Bei mittlerer Hitze 45 Minuten kochen lassen.
2. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Von restlichen Thymian die Blättchen, vom Rosmarin die Nadeln abzupfen. Die Lammkeule trockentupfen. Die Innenseite mit Pfeffer, Knoblauch, Thymian und Rosmarin würzen, das letzte Lorbeerblatt einlegen und das Fleisch zum Rollbraten verschnüren.
3. Die Brühe durch ein Sieb in einen sauberen Topf passieren und offen kurz aufkochen. Dann legen Sie die Lammkeule ein und beschweren Sie das Fleisch mit einem Teller, damit die Keule vollständig mit Brühe bedeckt ist. Erneut aufkochen, die Hitze reduzieren, so dass die Brühe nur leicht siedet. Die Lammkeule darin ca. 1 Stunde pochieren.
4. Für die Salsa verde das Weissbrot entrinden, würfeln und mit Weisswein und Essig einweichen. Petersilien- und Basilikumblättchen abzupfen und grob hacken. Knoblauch abziehen und sehr fein hacken. Sardellen abspülen, trockentupfen und mit dem Weissbrot, Petersilie, Basilikum, Knoblauch, Kapern und Cayennepfeffer im Mixer Pürieren. Das Olivenöl zugeben und untermixen.
5. Die Kartoffeln waschen und längs in Viertel schneiden. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Kartoffeln gleichmässig mit der Schale nach unten verteilen. Mit Olivenöl bepinseln, Rosmarin verteilen und die Kartoffeln salzen. Nun im auf 180° vorgeheizten Ofen ca. 30 min backen.
6. Heben Sie die Keule aus der Brühe und wickeln Sie sie in Alufolie, damit sie 15 min. ruhen kann. Die Salsa verde abschmecken und bei Bedarf mit Pochierbrühe verdünnen. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Salsa verde und den Kartoffel-Cuts anrichten.