

LAMMKARREE MIT POLENTA UND SCHALOTTEN IN ROTWEIN



ZUTATEN

Polenta:	
125 g	Polenta (Maisgrieß)
500 ml	Gemüsebrühe
2 EL	Butter
1 TL	Fenchelsamen, Thymian frisch, gemörsert
1 Prise	Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
Lamm:	
1 St.	Knoblauchzehe, sehr fein gewürfelt
1 EL	Olivenöl
600 g	Lammrücken, am Knochen, pariert
1 Prise	Meersalzsatz, Pfeffer aus der Mühle, Baharat
50 g	Macadamianüsse, gehackt, ungesalzen
3 EL	Pankomehl, aus dem Asia Laden
1 Zweig	Rosmarin, Thymian, gezupft und gehackt
2 EL	Butter
Schalotten Rotweinreduktion:	
2 St.	Schalotten, fein gewürfelt
3 EL	Butter
2 EL	Puderrucker
50 ml	roten Portwein
100 ml	Rotwein, trocken
60 ml	Kalbsfond

ZUBEREITUNG

1. Die Brühe zusammen mit der Butter, den Fenchelsamen und dem Thymian kurz aufkochen, salzen pfeffern. Unter ständigem rühren den Maisgrieß einrieseln und einmal aufkochen lassen. Die Masse in einer mit Backpapier ausgelegte Form glatt ausstreichen und abkühlen lassen.
2. Den Knoblauch mit dem Olivenöl vermischen. Das Lammfleisch von allen Seiten damit einpinseln. Salz, Pfeffer und Baharat gut in das Fleisch einmassieren.
3. Die Macadamianüsse hacken, das Pankomehl, die frisch gehackten Kräuter mit der Butter gut vermengen. Anschließend das Lamm mit der Macademia-Panade bestreuen und alles gut andrücken.
4. Die Schalotten in der Butter farblos anschwitzen, den Puderrucker dazugeben und karamellisieren lassen.
5. Mit der Hälfte des Portwein und Rotwein ablöschen, einreduzieren lassen. Nun den Rest des Weines mit dem Fond dazugeben und wieder einreduzieren lassen.
6. Zum Schluss etwas Zitronenabrieb und, wenn mehr Säure gewünscht ist etwas Zitronensaft hinzugeben Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Den Airfryer auf 140°C vorheizen. Lamm für 12 Min. garen, anschließend für 5 Min. auf 200°C erhöhen.
8. Die Polenta in die gewünschte Form schneiden und in der Pfanne in etwas Butter oder Olivenöl anbraten.