



Hüfte vom Walisischen Lamm (g.g.A.) mit Schokoladengelee, Blumenkohlpüree, karamellisiertem Blumenkohl und Blumenkohl-Couscous



Zubereitungszeit: 2
½ Stunden

Portionen: 4

Küche: europäisch,
italienisch

Zuschnitt: Hüfte

Zutaten

- 4 Hüften vom Walisischen Lamm, zu jeweils ca. 225 g (mit Deckel)
- 4 Zweige frischer Thymian
- 4 Zweige frischer Rosmarin
- Olivenöl (extra vergine)
- Rapsöl

Für das Schokoladengelee:

- 230 ml Hühnerbrühe
- 80 g Zartbitter-Schokolade, gehackt
- 3 g Agar-Agar

Für das Blumenkohlpüree:

- 50 g (ca. 5 ½ EL) Butter
- ½ Zwiebel, geschält und in Scheiben geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, geschält und in feine Scheiben geschnitten
- 1 Blumenkohl, gewaschen, geputzt und in Scheiben geschnitten
- 200 ml Hühnerbrühe
- 300 ml Sahne

Für den karamellisierten Blumenkohl:

- 1 Blumenkohl, gewaschen und geputzt
- 25 g (ca. 1 ½ EL) Butter
- etwas Zucker nach Bedarf



- Salz und Pfeffer

Für die Vinaigrette:

- 60 ml (4 EL) Weissweinessig
- 240 ml Olivenöl (extra vergine)

Für das Blumenkohl–Couscous:

- 1 Blumenkohl, gewaschen und geputzt
- Rapsöl
- 30 g (2 EL) Bauchspeck oder Panchetta, klein gewürfelt
- Salz & Pfeffer
- 100 g goldene Rosinen
- etwas Schnittlauch

Für die Beilagen:

- 2 große Baby–Artischocken, entstielt, geputzt und gekocht
- Olivenöl (extra vergine)
- 1 Handvoll Sauerampfer
- 100 ml Lammjus, warm
- ca. 20 g Zartbitter–Schokolade zum darüber reiben

Zubereitung

1. Mit Schokoladengelee–Zubereitung beginnen. Dafür Hühnerbrühe in Saucentopf erhitzen bis sie köchelt. Zartbitter–Schokolade hinzugeben und mit Rührbesen verrühren, bis Schokolade geschmolzen ist. Zum Kühlen beiseite stellen.
2. Agar–Agar auflösen. Schokoladengelee–Mischung wieder erhitzen. Agar–Agar einfließen lassen und mit Schneebesen unterrühren. Kurz aufkochen lassen. Alles in flache Schale gießen, abkühlen lassen und dann in Tiefkühlfach geben, damit sich Gelee setzt.
3. Für Blumenkohlpüree Saucentopf mit schwerem Boden nutzen. Butter bei mittlerer Hitze darin schmelzen. Zwiebel und Knoblauch hinzugeben und goldbraun anbraten, bis beides weich ist. Blumenkohlscheiben hinzufügen und ebenso goldbraun braten, bis Blumenkohl ebenso leicht



- karamellisiert ist. Hühnerbrühe hinzugeben. Alles köcheln lassen, bis es weich und durchgegart ist. Dabei insgesamt Flüssigkeit bis auf Hälfte reduzieren. Sahne hinzugeben und nochmals alles köcheln lassen, bis es zur Hälfte reduziert wurde. Vom Herd nehmen. Pürieren, durch feines Sieb passieren und beiseite stellen.
4. Wasserbad auf 58,5 °C vorheizen. Fettdeckel von Walisischen Lammhüften entfernen. Lammhüften nebeneinanderliegend in Vakuumbbeutel geben. Thymian, Rosmarin und Olivenöl hinzugeben. Lamm in Wasserbad sous-vide 45 Minuten lang garen.
 5. Für karamellisierten Blumenkohl, Blumenkohl in mittelgroße Röschen zerteilen. Blumenkohlröschen in kochendem Wasser für ca. 2 bis 3 Minuten blanchieren. Abgießen und in Eiswasser abkühlen. Nochmals abgießen und beiseite stellen. In Bratpfanne Butter zu hellbrauner Nussbutter braten. Blumenkohlröschen dazugeben, in Nussbutter goldbraun anbraten, danach salzen und pfeffern.
 5. Vinaigrette vorbereiten und beiseite stellen.
 7. Für Blumenkohl-Couscous goldene Rosinen für 20 bis 30 Minuten in kochend heißem Wasser einweichen. Abgießen und Rosinen beiseite stellen. Bauchspeck oder Panchetta würfeln und Blumenkohl fein reiben. Etwas Rapsöl in Bratpfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Bauchspeck oder Panchetta darin mittelkross anbraten. Geriebenen Blumenkohl hinzugeben, verrühren, leicht angaren und dabei mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Abkühlen lassen, etwas gehackten Schnittlauch dazu geben, mit goldenen Rosinen und Vinaigrette garnieren.
 8. Vorgekochte Artischocken halbieren und ausputzen. Artischockenböden in Stücke schneiden und nach Geschmack salzen. In heißer Pfanne auf Olivenöl sautieren, bis Artischocken goldbraun sind.
 9. Lammhüften aus Wasserbad und Vakuumbbeutel nehmen. Mit Küchenpapier abtrocknen. In heißer Pfanne auf Rapsöl von allen Seiten goldbraun anbraten. Auf Schneidebrett platzieren und jede Hüfte halbieren.
 10. Lammhüften-Hälften auf Blumenkohl-Couscous platzieren und mit Schokoladengelee-Würfeln, Blumenkohlpüree, karamellisierten Blumenkohlröschen und frischem Sauerampfer anrichten. Mit Lammjus überträufeln und mit Zartbitter-Schokoladenflocken garnieren.