



Filet vom Walisischen Lamm (g.g.A.) mit Erbsenpüree, Soufflierten Kartoffeln, Schmortomaten, Rotweinzwiebeln und Jus

Zutaten

Für das Lammfilet:

- 4 Filets vom Walisischen Lamm
- Salz, Pfeffer
- Rapsöl
- 1 Knoblauchzehe, angedrückt

Für den Jus:

- ca. ½ l Rapsöl
- 1 kg Knochen (von Lamm, Rind oder Kalb)
- Fleischabschnitte (von Lamm, Rind oder Kalb)
- 1 Flasche trockenen Rotwein
- 0,5 kg Zwiebeln, geschält, geviertelt
- 0,5 kg Karotten, geschält in grobe Stücke geschnitten
- 0,5 kg gelbe Rüben, geschält in grobe Stücke geschnitten
- 0,5 kg Sellerie, geschält in grobe Stücke geschnitten
- 30 g (2 EL) Tomatenmark
- Salz nach Geschmack, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter, Pfefferkörner

Für die Schmortomaten:

- 10 Kirschtomaten, geputzt
- Olivenöl nach Bedarf
- Zucker
- Salz, Pfeffer
- 2 Knoblauchzehen, angedrückt
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian



Für die Rotweinzwiebeln:

- 2 rote Zwiebeln, geschält und halbiert
- ca. ½ l trockener Rotwein

Für das Erbsenpüree:

- 15 ml (1 EL) Rapsöl
- 20 g Schalotten, geschält, fein gehackt
- 400 g Erbsen
- Salz nach Geschmack
- 200 ml Milch
- ¼ TL Muskatnuss

Für die soufflierten Kartoffeln:

- 300 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält, in 2mm dicke Scheiben geschnitten
- 1 l Pflanzenöl zum Frittieren
- feines Meersalz

Zubereitung

1. Jus bereits am Vortag vorbereiten. Dafür Ofen auf 220 °C (Umluft 200 °C) vorheizen. Knochen mit Fleischabschnitten darin braten (ca. 30 bis 45 Minuten). Zeitgleich Karotten, gelbe Rüben und Sellerie in großem Topf oder Bräter in viel Rapsöl erhitzen. Gemüse stark anrösten. Wenn Gemüse schon sehr dunkel (nicht schwarz) geröstet ist, Zwiebeln dazugeben. Tomatenmark hinzufügen und mit Gemüse anschwitzen. Alles mit etwas Rotwein ablöschen und einreduzieren. Röstrückstände an Topfboden mit Kochlöffel ablösen und in Reduktion einarbeiten. Vorgang immer und immer wieder wiederholen, bis Rotwein geleert wurde. Braun geröstete Knochen und Fleischabschnitte in Topf geben. Alles mit Wasser aufgießen bis alles bedeckt ist und 6 bis 7 Stunden vor sich hin köcheln lassen. Fett, das sich beim Kochen an Oberfläche absetzt, mit Schöpfer abschöpfen/degraisseren. Zum Abschluss braunen Fond mit Salz, Wacholderbeeren, Lorbeerblättern und Pfefferkörnern würzen und Gewürze nochmals ca. ½ Stunde lang im Fond mitkochen. Zweiten Topf vorbereiten. Darauf sehr feines Sieb platzieren. Fond darin langsam abseihen. Sieb dabei rütteln, damit Fond besser abfließen kann. Fond nochmals um die Hälfte einkochen.
2. Für die Schmortomaten Ofen auf 140 °C (Umluft 120 °C) vorheizen. Tomaten



halbieren und mit der Schnittfläche nach oben in eine kleine Auflaufform geben. Großzügig mit Olivenöl beträufeln. Mit etwas Zucker, Salz und Pfeffer bestreuen. Knoblauchzehen mit Rosmarin und Thymian zu Tomaten hinzugeben. Für ca. 30 Minuten in Ofen geben.

3. Für die Rotweinzwiebeln vorsichtig einzelne Elemente aus halbierten Zwiebeln herauslösen, so dass Halbschalen entstehen. Rotwein in Topf erwärmen, Zwiebelsegmente hineinlegen und darin ziehen lassen, bis Zwiebeln durchgehend rote Farbe angenommen haben. Darauf achten, dass Zwiebeln nicht zu weich werden, sondern ihre Festigkeit behalten.
4. Für das Erbsenpüree Öl in mittelgroßem Topf auf mittlerer Stufe erhitzen und Schalotten darin anschwitzen, bis sie glasig, aber noch nicht braun sind. Erbsen, Salz, Milch und Muskatnuss zufügen und alles ca. 8 Minuten köcheln lassen. Milch durch Sieb abgießen und aufbewahren. Erbsen in hohem Gefäß pürieren und nach und nach etwas Milch hinzugeben, bis glattes Püree entsteht.
5. Für die soufflierten Kartoffeln 1 l Öl auf 140 °C erhitzen. Kartoffelscheiben darin portionsweise 6 bis 8 Minuten lang frittieren. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen und abkühlen lassen. Inzwischen Frittierfett auf ca. 170 °C erhitzen und Kartoffelscheiben darin 2 bis 3 Minuten lang gold-gelb frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Meersalz bestreuen.
6. Für die Lammfilets Filets, wenn nötig, von Silberhaut befreien, leicht salzen und pfeffern. In Pfanne mit einer angedrückten Knoblauchzehe rundherum ca. 2 bis 3 Minuten anbraten. Filets aus Pfanne nehmen. Kurz ruhen lassen.



Zubereitungszeit: 10 Stunden

Portionen: 2

Küche: europäisch, deutsch, französisch

Zuschnitt: Filet