

Lammlachse mit Thymiansauce

Ihr Fleischerfachgeschäft



Zutaten für 4 Personen:

1	Lamm - Rücken
120 g	Zwiebel(n)
2	Knoblauchzehe(n)
5 EL	Olivenöl
1 TL	Tomatenmark
200 ml	Rotwein
400 ml	Lammfond
2	Lorbeerblätter, frisch
10 Stiele	Thymian
	Salz und Pfeffer
etwas	Speisestärke, zum Binden

Rezept:

Arbeitszeit: ca. 20 Min.

Koch-/Backzeit: ca. 50 Min.

Lammrücken von den Knochen lösen und parieren. Zwiebeln und Knoblauch würfeln. 3 EL Olivenöl in einem flachen Topf erhitzen und die Fleischabschnitte darin sehr scharf ca. 5 Minuten anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und weitere 3 Minuten scharf anbraten. Tomatenmark dazugeben und ca. 30 Sekunden mitrösten. Mit 100 ml Rotwein ablöschen und stark einkochen lassen. Den restlichen Rotwein dazugeben und wiederum stark einkochen. Mit Fond auffüllen. Nun offen bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten kochen lassen. 5 Minuten vor Ende die Lorbeerblätter und den Thymian dazugeben.

Sauce durch ein feines Sieb geben und gut ausdrücken. Flüssigkeit wiederum in einen Topf geben und auf ca. 200 ml einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und evtl. mit etwas Speisestärke binden.

In der Zwischenzeit den Backofen bei Ober- und Unterhitze auf exakt 80°C vorheizen. Einen hitzebeständigen Teller oder eine flache Auflaufform mit erwärmen.

Den Lammlachs ungewürzt im restlichen Öl in einer Pfanne in 5 Minuten von allen Seiten anbraten und dann auf den Teller legen. 40 Minuten garen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer bestreuen.