

Lammrücken mit grünem Spargel und Auberginen



Köstliche Aromenspiele

Zum aromatischen Lammfleisch passt der kräftige grüne Spargel sehr gut. Besonders wenn dieser gebraten und mit cremigem Auberginenpüree serviert wird.

Auberginen haben einen relativ wenig überzeugenden Eigengeschmack. Backt man diese im Ganzen im Ofen bei hoher Hitze wird das innere Fruchtfleisch buttrig weich und nussig. Mit gutem Öl, Nusspüree und kräftigen Gewürzen wird daraus ein herzhafter Begleiter. Ob warm oder kalt, es schmeckt als Brotauftrich, zu Grillfleisch und Grillgemüse sehr gut.

Wer Knoblauch liebt kann mehr davon ins Püree geben. Auch frische Kräuter entfalten sich im Püree ausgezeichnet. Petersilie und Thymian eignen sich besonders gut. Oder mal frischen blanchierten Spitzwegerich ausprobieren. Das habe besonders gern in Auberginenpüree.

Hier die heutige Rezeptur für "**Lammrücken mit grünem Spargel und Auberginen**":

Zutaten

für 4 Personen

- 2 x 400 g Lammrücken am Stück
- 2 mittelgroße Auberginen
- 100 g gekochte Kartoffeln
- 2 kleine Auberginen
- 8 Stangen grüner Spargel
- 3 El Apfelessig
- 200 ml Rotwein
- 300 ml Lammfond
- 25 g kalte Butter, in Würfel geschnitten
- 2 El Nussmus (z.B. Haselnussmus oder Mandelmus aus dem Reformhaus)
- 2 El Sonnenblumenöl
- 2 TL Knoblauchzehen, gehackt
- 1/2 Bund Petersilie, fein geschnitten
- 2 Thymianzweige
- 2 Rosmarinzweige
- Salz und Pfeffer
- Etwas Bratöl

Zubereitung

Für das Auberginenpüree zwei mittelgroße Auberginen waschen und mit einer Gabel einstechen. Den Backofen auf höchste Stufe Umluft einschalten. Die Auberginen auf ein Backblech legen und 30-35 Minuten backen. Dann aus dem Ofen nehmen und mit einem feuchten Tuch abdecken. 10 Minuten abkühlen lassen. Auberginen längs halbieren und das Auberginenfleisch mit einem Löffel auskratzen. Vorgekochte Kartoffeln schälen und grob würfeln. Auberginenpüree und Kartoffelwürfel mit Nussmus, 1 TL gehacktem Knoblauch, Petersilie, Essig und 2 EL Öl in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den grünen Spargel am unteren Viertel schälen. Dann in gesalzenem Wasser 4 Minuten kochen. Anschließend kalt abschrecken. Beiseite stellen.

Die Lammrücken salzen. In einer Pfanne mit etwas Bratöl rundherum anbraten. Rücken aus der Pfanne nehmen und in eine ofenfeste Form legen. Pfeffern und mit 2 Rosmarinzweigen und 1 TL gehackten Knoblauch belegen. Im Ofen bei 120°C Umluft ca. 20 Minuten garen. Wer das Fleisch mehr durch möchte, lässt es 10-15 Minuten länger im Ofen. Vor dem Servieren 3 Minuten auf dem Schneidebrett ruhen lassen. Dann in einzelne Stücke schneiden. Solange das Fleisch im Ofen ist den Bratensatz in der Pfanne mit 200 ml Rotwein ablöschen. Einkochen bis nur noch ein sirupartiger Rest übrig bleibt. Dann mit Lammfond aufgießen und 5 Minuten kochen. Wer möchte kann die Sauce mit etwas Saucenbinder eindicken. Sonst reichen auch 25 g kalte Butterwürfel um die Sauce etwas zu binden. Gibt man die kalte Butter zu sollte die Sauce nicht mehr kochen.

Zwei kleine Auberginen in Spalten oder Scheiben schneiden und salzen. 10 Minuten einwirken lassen. Dann abtrocknen und die Auberginen in einer Pfanne mit Bratöl beidseitig mit Thymian goldbraun braten. Kurz bevor die Auberginen fertig sind, den gekochten grünen Spargel zugeben und 1 Minute mitbraten. Mit Pfeffer würzen.

Tipp: Dazu schmeckt [Sauce Hollandaise](#) und [Kartoffelkroketten](#). Rezepte hierzu finden Sie in unserer Rezeptdatenbank.

