



Gesund. Gegrillt.

Hauptspeise



GESPICKTE DONAULAND-LAMMSCHULTER AUS DEM THYMIAN- ROSMARIN-RAUCH MIT TOPFSCHMORGEMÜSE



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at



Zutaten für ca. 6 Personen

Zutaten

Fürs Lamm:

- 2 kg Donauland-Lammschulter
- Salz, Pfeffer
- Frische Thymian- und Rosmarinzwige
- 6 Knoblauchzehen
- Räucherholzchips

Für das Schmorgemüse:

- 1,6 kg Erdäpfel
- 3 kleine rote Zwiebeln
- 1 kleine Tasse Kirschlordeisen
- Frische Gartenkräuter
- Olivenöl
- Balsamico-Essig

Als Fleischalternative:

- Kräuterseitlinge
- Knoblauch
- Frische Kräuter
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Evtl. Lammjus als Sauce und Salat als zusätzliche Gemüsebeilage reichen



Zubereitung:

Zwei Handvoll Holzchips, 2–3 Rosmarinzwige und 6 Thymianzwige am besten über Nacht, aber mind. 2 Std. einwässern. Lamm bestenfalls bereits ausgelöst und zugeputzt sowie größtenteils von Fett befreit bei der Fleischerin bzw. dem Fleischer des Vertrauens bestellen. Mit einem kleinen, scharfen Küchenmesser Fleisch mehrmals in Faserrichtung einstechen und die Einstichstellen mit ganzen Knoblauchzehen füllen. Die Lammschulter innen und außen würzen. Drehspieß vorbereiten.

Das Fleisch mit einem Küchengarn fest binden, dabei ein paar Kräuterzwige mit mitbinden, auf dem Spieß mit den Fleischgabeln des Drehspießes fixieren und Spieß auf festen Halt kontrollieren. Gewässerte Kräuterzwige und Holzchips in Räucherboxen geben oder Räucherboxen selbst bauen (Grill-Alutasse mit Grill-Alufolie abdecken und mehrmals einstechen), die Boxen links und rechts über den Brennern und mittig eine Wasserschüssel positionieren, Spieß einschalten und bei 180–200 °C etwa 1,5–2 Std. räuchern. Dabei sind die äußeren Brenner eingeschaltet und die mittleren aus. In der Zwischenzeit kümmern wir uns um das Schmorgemüse und um eine Fleischalternative. Für das Gemüse die Erdäpfel waschen und mit Schale in 1,5 cm große Würfel schneiden, Kirschlordeisen waschen und je nach Größe vierteln oder halbieren, Zwiebeln fein würfelig schneiden, gemeinsam mit den anderen Gewürzen und Zutaten vermischen. Zugedeckt während der letzten Stunde Garzeit des Fleisches indirekt am Grill weich schmoren. Die Seitlinge putzen und grob schneiden. Alle anderen Zutaten klein hacken und gemeinsam mit den Seitlingen in einer Schüssel durchschwenken. Etwas ziehen lassen. 15–20 Min. indirekt auf einer Tasse mitgrillen. Mit einem Thermometer an den dicksten Stellen des Fleisches die gewünschte Finaltemperatur überprüfen (z. B. „well done“ = 77 °C). Fleisch vom Spieß nehmen, mit Folie zudecken und 5 Min. rasten lassen, damit sich der Fleischsaft verteilen kann. Danach tranchieren.

Tipp: Ein selbst gemachter Lammjus als Saucenbeilage verleiht dem Gericht eine besondere Note. Im Sommer passt zusätzlich auch ein frischer Salat aus dem Garten mit intensiv duftenden Gartenkräutern (Thymian, Oregano ...) im Dressing dazu.

FISCH VERLIEBT

Alternativ zum Lamm passt auch ein gebratenes regionales Fischfilet hervorragend zum Topfschmorgemüse und zu den Kräuterseitlingen ... Dazu das Filet beidseitig mit etwas Olivenöl bestreichen, mit grobem Meersalz, buntem Pfeffer und frischen Gartenkräutern beidseitig würzen und mit der Hautseite nach unten 3 Min. grillen. Filet wenden und noch etwa 1–2 Min. weitergrillen. Wenn das Filet innen noch ein wenig glasig ist, ist der Fisch perfekt.

Guten Appetit!

