Lammkrone an Spargel, Karotten, Erbsenstampf

Zubereitungszeit: **ca. 60 Min. / Garzeit ca. 25 Min.**

Zutaten für 4 Personen

Lammkrone
2 Lammkarrees, ca. 800 g
etwas Öl
Salz, Pfeffer

Gemüse
2 Bund junge Karotten,
1 EL brauner Zucker
400 g Erbsen
Blätter von 3 Minzezweigen gezupft
Saft einer Zitrone
1 Schuss gutes Olivenöl
12 Stk. Grüner Spargel frisch
Öl
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Lammkrone
Den Backofen auf 220 °C vorheizen. Das Lammkarree gut putzen, ordentlich salzen und gut pfeffern.
Rundherum so gut es geht in einer Pfanne scharf anbraten und im Ofen etwa 25 Minuten braten (gewünschte **Kerntemperatur 55 °C**), dann herausnehmen und mit Alufolie bedeckt etwa 10 Minuten rasten lassen.

Sauce & Gemüse
Währenddessen die Bratpfanne mit Suppe deglacieren und diese etwas einkochen lassen. Kurz vor dem Servieren mit etwas kalter Butter binden.

Die Karotten feine Streifen schneiden (ähnlich Julienne). Im Idealfall sind alle Streifen gleich lang. In flüssiger Butter mit Zucker und etwas Suppe glacieren bis sie al dente sind.

Die Erbsen kurz kochen, dann mit 100 g Butter grob mit dem Kartoffelstampfer zerstampfen, die gehackten Minzeblätter untermischen und mit Zitronensaft, Olivenöl und Salz abschmecken.

Den grünen Spargel in Olivenöl in eine Pfanne anbraten. Darf gerne noch bissfest sein.

Weinempfehlung: Zweigelt Rubin Carnuntum DAC 2020 - Grassl Göttlesbrunn

Kochabend: 04. Mai, 2022 / Vogesen u. Milles

Spizöla – Copyright 2022