

Lammscheiben aus der Keule mit gegrilltem Gemüse



Zutaten für 2 Personen:

2 Lammscheiben, je ca. 150-200 g
3 EL Olivenöl
1 1/2 TL Kräuter der Provence
1/2 TL Chiliflocken
1 Knoblauchzehe
Salz (bevorzugt Fleur de Sel)
Ajvar aus dem Glas
Marinierte Rote Zwiebeln und Salatblatt als Garnitur (optional)

Gegrilltes Gemüse:

1 gelbe oder rote Paprika
1 kleinerer Zucchini
4-6 Scheiben Auberginen
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Rosenpaprika scharf
Olivenöl

1. Olivenöl mit den Kräutern und den Chiliflocken vermengen. Knoblauch schälen und dazu pressen.

2. Lammscheiben mit dem gewürzten Öl auf beiden Seiten einpinseln und ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur abgedeckt marinieren.

3. Grillpfanne bei höherer Temperatur vorheizen, Lammscheiben auf der einen Seite 3-4 Minuten braten, dann Temperatur etwas zurücknehmen und 2-3 Minuten auf der anderen Seite, je nach Dicke der Scheiben. Eventuell am Schluss mit Alufolie 2 min abdecken.

4. Nach dem Grillen auf beiden Seiten leicht salzen.

Gegrilltes Gemüse:

1. Auberginenscheiben salzen und 10 min schwitzen lassen. Mit Küchentüchern trocknen.

2. Zucchini schräg in mittlere Scheiben hobeln. Mit Salz und Rosenpaprika würzen.

3. Paprika achteln, Häute und Kerne entfernen, flach schneiden. Salzen.

4. Grillpfanne mit Olivenöl einpinseln und ausreichend vorheizen. Das Gemüse bei eher stärkerer Hitze braten. Nach Bedarf Olivenöl

nachgießen. Gemüse erst nach dem Braten pfeffern.

5. Das Gemüse im Ofen bei 100° warm halten.

Hinweise:

Zuerst das Gemüse grillen, dann die Lammscheiben.

Das Bild ist aus dem Restaurant Marin in Starigrad, Kroatien, September 2012.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Gesamtzeit ca. 50 min, Hauptspeisen, Fleisch, Lamm, kroatisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 10.07.2017