

## Lammrücken auf Bohnenpüree mit glasierten Tomaten

### **Für 4 Personen:**

#### Für die Kräuterkruste

80 g weiche Butter, 1 Knoblauchzehe klein gehackt, 2 Esslöffel Semmelbrösel, 1 Esslöffel gemischte Kräuter, wie Thymian, Rosmarin, Petersilie. 1 EL groben Senf, 1 EL gehackte Walnüsse, Salz und Pfeffer zum Abschmecken

#### Für das Fleisch

1kg Lammrücken =(Lammfleisch)800g-1200g in 4 Stücke teilen (**gibt's bei uns**), Fleur de Sel (**gibt's bei uns**), frisch gemahlener Pfeffer, 2 El. gutes Olivenöl (**gibt's bei uns**), mediterrane Kräuter (Salbei, Rosmarin, Thymian)

#### Für das Püree: ca. 800g gekochte weiße Bohnen aus der Dose (**Gute gibt's bei mir**)

100ml Gemüsebrühe, Olivenöl, 1 Knoblauchzehe kleingeschnitten, 1/2 Zwiebel gewürfelt, Saft einer halben Limette oder Zitrone. Ca. 3 Blätter Salbei !

#### Für die glasierten Tomaten

20 Cocktailtomaten halbiert, 1 Teelöffel Zucker, 1 zerdrückte Knoblauchzehe, 1EL Olivenöl Salz

#### Zubereitung:

Backofen auf 110° Grad vorheizen. Das Fleisch abwaschen und trockentupfen!

Die Pfanne erhitzen. Olivenöl dazugeben und das Fleisch mit den Kräutern ringsum 2-3 Minuten scharf anbraten. Salzen und pfeffern. Dann in eine Auflaufform geben und für 20 Minuten in den Ofen!

Die Servierteller mit in den Ofen geben, so dass diese auch warm werden!

#### **In der Zwischenzeit das Bohnenpüree zubereiten**

Die Zwiebel und den Knoblauch und den Salbei für das Püree in einem Topf mit dem Olivenöl glasig dünsten und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die abgespülte Bohnen dazu geben und leicht aufkochen lassen. Mit dem Pürierstab unter Zugabe von Olivenöl so lange mixen bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und warm halten.

Alle Zutaten für die Kräuterkruste mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nach 20 Minuten (Kerntemperatur ca. 50°) Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, den Backofengrill auf 220° schalten, und das Fleisch mit der Kräuterkruste bestreichen.

Die Teller herausnehmen. Das Fleisch auf der mittleren Schiene wieder in den Ofen geben!

Das Fleisch braucht jetzt ca. 5 Minuten (Kerntemperatur 58-62° Grad)

Den Zucker in der Pfanne karamellisieren lassen, das Olivenöl und den Knoblauch dazugeben und kurz anbraten. Danach die Tomaten dazu und ca. eine Minute gut durchschwenken

Das Bohnenpüree gleichmäßig auf den Tellern verteilen, und die glasierten Tomaten anlegen

Das Fleisch vom auf das Bohnenpüree legen und servieren.

### **Weinempfehlung: Vigna Pedale ! Mein Rotwein aus Apulien**

