

# Lammkarree sous-vide Spargelmousse Tomatenchutney Kartoffelwürfel



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Steffi Grauer

Noch mehr Rezepte von Steffi Grauer findet ihr auch auf <http://www.kochtrotz.de/>

Menge: 8 Portionen

## **Zutaten Spargelmousse:**

500 g Spargel weiß oder grün

300 ml Sahne (laktosefrei)

7 Blatt Gelatine oder entsprechend Agar-Agar

3 Prisen Salz

2 Prisen Pfeffer weiß

2 Eiweiß

Frischhaltefolie

Speiseringe – 8 Stück, Durchmesser ca. 7 cm oder Schüssel  
neutrales Öl

## **Zutaten Tomaten-Chutney:**

0,5 kg vollreife Tomaten

1 größere Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 TL Ras el Hanout im Mörser zerstoßen  
1 TL gelbe Senfsamen  
2 Prisen Meersalz  
150 ml milder Weißweinessig  
50 g brauner Zucker

**Zutaten Kartoffelwürfel:**

1 – 1,5 kg Kartoffeln  
Olivenöl  
2 – 3 Rosmarinzweige  
Meersalz

**Zutaten Lamm:**

2 Lammkarree à circa 500 Gramm  
8 Thymianzweige  
8 Rosmarinzweige  
2 Vakuumierbeutel

**Zubereitung Spargelmousse:**

Spargel schälen und Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden. 8 Spargelspitzen für Deko zur Seite legen. Spargelspitzen später nebenher in Salzwasser al dente garen.

Kochröhrelement einsetzen, Sahne und Spargelstücke für 15 Minuten bei Intervallstufe 2 105 Grad köcheln lassen. Spargel-Sahne-Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse im Glasaufsatz auf höchster Stufe gut pürieren.

Gelatine nach Packungsangabe einweichen und danach gut ausdrücken.

Gelatine zur Spargelmasse geben auf höchster Stufe für 20 Sekunden mixen. Spargelmasse in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

Speiseringe mit dem neutralen Öl innen einpinseln. Teller oder andere Unterlage mit Frischhaltefolie auslegen. Speiseringe

auf Unterlage setzen.

*Alternative: Sind keine Speiseringe vorhanden, so kann die Masse auch in einer Schüssel kalt gestellt werden und später werden einfach Nocken abgestochen.*

Eiweiß mit 1 Prise Salz in die Rührschüssel geben und mit dem Ballonschneebeesen auf höchster Stufe zu Eischnee schlagen.

Sobald die Spargelmasse herunter gekühlt ist, den Eischnee mit dem Schneebeesen unterheben.

Jetzt die Speiseringe gleichmäßig mit der Spargelmasse füllen.

Für circa 1,5 – 2 Stunden kühl stellen und fest werden lassen.

Vor dem Servieren die Speiseringe abziehen, auf Teller setzen und mit Spargelspitzen garnieren.

### **Zubereitung Tomatenchutney:**

Die [Tomaten](#) mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Stielansätze entfernen und den Rest in grobe Stücke schneiden. Den [Knoblauch](#) und die Zwiebeln schälen, Zwiebeln achteln und im Multizerkleinerer mit der groben Scheibe würfeln lassen.

KochRöhrelement einsetzen. In der Rührschüssel der Cooking Chef Senfsaat und Ras el Hanout ohne Fett anrösten bis sie duften.

Alle weiteren Zutaten hinzugeben, kurz aufkochen lassen und bei 100 Grad für 1 Stunde einkochen lassen. Das Chutney soll sämig werden. Eventuell noch 1 TL Tomatenmark unterrühren lassen.

Noch einmal kräftig abschmecken.

### **Zubereitung Lamm:**

Das Lamm-Karree vakuumieren, je einen Rosmarin und 2 –

3 Thymianzweige mit in den Beutel geben.

Wasser in die Schüssel der Cooking Chef füllen und auf Intervallstufe 1 auf 58°C aufheizen.

Lammkarree bei 58°C etwa 55 Minuten im Wasserbad ziehen lassen.

Das Lamm aus dem Wasserbad und dem Vakuumbbeutel befreien. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Lamm-Karree im Ganzen von allen Seiten kräftig anbraten.

Das Lamm-Karree zu Koteletts aufschneiden und mit etwas Pfeffer und Meersalz bestreuen.

### **Zubereitung Kartoffeln:**

Kartoffeln schälen und in circa 1 cm große Würfel schneiden (geht gut mit Würfelschneider), wässern bis zum Gebrauch.

Vor dem Braten Kartoffelwürfel gut abtrocknen.

Pfanne mit Öl erhitzen und Kartoffelwürfel darin bei mittlerer Hitze für 15 – 20 Minuten goldbraun braten. Gargrad testen.

Jetzt noch die Teller anrichten

---

# Physalissenf



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Andreas Paasch

### **Zutaten:**

120g Gelbe Senfsaat  
80g Braune Senfsaat  
300ml Weissweinessig  
100ml Weisswein. Trockenbeerauslese  
100g Zucker  
1 TL Liebstöckel (getrocknet, oder frisch)  
4 TL Salz  
2 TL Kurkuma (Pulver)  
6-8 Pimentkörner (gemahlen)  
100g Physalis (püriert)

### **Zubereitung:**

Senf fein mahlen, oder fertiges Senfmehl kaufen. Wobei selbstgemahlener Senf wesentlich aromatischer ist. Das Problem beim Mahlen ist, dass die Temperatur des Mehls nicht über 30°C kommt, was bei durchgängigem Mahlen schnell passieren kann. Ein Trick ist, die Senfkörner vorher tiefkühlen und beim Mahlen Pausen machen. Ich mahle den Senf mit der Stahlmühle, man kann es auch in der Gewürz- oder Kaffeemühle machen.

Wenn das Mehl zu warm wird, gehen die wertvollen ätherischen Öle verloren, bzw. büßen ihr Aroma ein. Brauner Senf ist im Ergebnis schärfer, als der Gelbe. Also vorher überlegen, was

für ein Ergebnis Ihr haben wollt.

Das Senfmehl mit den restlichen Zutaten mischen und mit einem Pürierstab gut durchmischen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Nun muss der Senf etwa einen Tag lang, offen, bei Zimmertemperatur fermentieren. Dabei ab und zu mal kräftig umrühren, damit Sauerstoff seine Arbeit leisten kann. Probieren dürft ihr jetzt schon. Es wird aber relativ scharf sein. Diese Schärfe ändert sich mit der Zeit und schwächt sich ab. Wenn ihr keine "Feinjustierungen", was den Geschmack angeht, vornehmen wollt, könnt ihr jetzt den Senf in vorher pasteurisierte Gläser abfüllen.

Nun müsst ihr Euch etwa 3 Wochen gedulden, bis der Senf genügend gereift ist.

Guten Appetit!

---

## Safran-Knoblauch-Mayonaise ohne Ei



Rezept und Foto von Carmen Müller

**Zutaten:**

150 g h-Milch 3,5 Prozent Fettgehalt

2TL Dijonsenf

Salz, Pfeffer

380 g Pflanzenöl

2-3 EL Weißweinessig

**Zubereitung:**

Die Milch mit Senf, Salz u. Pfeffer in den Glasmixer geben u. Mixen.

Den kleinen Deckel herausnehmen, einen Haushaltstrichter einsetzen und auf kleiner Stufe das Öl ganz langsam einlaufen lassen.

Am Ende den Essig zugeben. Auf hoher Stufe alles durchmischen.

*Verfeinerungen:*

Zum Schluss 2 Prisen Safranfäden oder gemahlene Safran, 1 1/2 TL Kurkuma, 1TL gehackter Knoblauch, 1 TL Cayennepfeffer, 1 Prise Zucker zugeben und gut vermischen.

oder etwas Honig, Senf und Curry

Mayonaise vor dem Genießen etwas durchziehen lassen. Hält sich ohne Probleme 1 Woche im Kühlschrank. Vielleicht auch länger, sie lebt bei uns halt nicht so lange. Schmeckt super zu Gegrilltem und geräuchertem Fisch.