

Kulinarische Schätze rund um Hamm

Rezepte von Björn Freitag und Frank Buchholz

Geschmorte Lammkeule mit Tomaten und Käse Frischer Aal mit Bratkartoffeln Tarte Tatin mit Grießpudding und Pflaumen

Zutaten für 4 Personen, wenn nicht anders angegeben

Geschmorte Lammkeule mit Tomaten und Käse

Zutaten:

1 Stück Lammkeule	1 Zitrone
3 El Rapsöl	1 Bund Petersilie
3 El Olivenöl	1 Bund Basilikum
1 Knolle Knoblauch	Ev. essbare Blüten
2 Zwiebeln, weiß	3 Lorbeerblätter
1 Zwiebel, rot	Pfeffer aus der Mühle
1 Stück Knollensellerie	Salz
500 g bunte Tomaten	
1 Stück Käse mit Kräutern (zum Braten geeignet)	
500 ml Lammfond	
Aluminiumfolie	
2 Tl Mehlbutter (1Teil Butter / 1 Teil Mehl)	

Zubereitung Fleisch:

Das Fleisch säubern und von Sehnen befreien. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Jetzt mit einem spitzen Messer ringsherum kleine Taschen in das Fleisch schneiden und mit ca. der Hälfte des Knoblauchs spicken. Das Fleisch in einem Bräter mit dem Rapsöl auf allen Seiten anbraten und salzen

Den Sellerie, die Zwiebeln und den Rest Knoblauch grob würfeln und mit anbraten. Mit einem Deckel zu decken und schmoren lassen.

Lorbeerblätter und die Schale einer Zitrone dazugeben und mit Pfeffer aus der Mühle würzen. Wenn alles schön Farbe angenommen hat mit dem Lammfond aufgießen und alles ca. 1 Stunde leise schmoren lassen.

Nach einer Stunden das Fleisch heraus nehmen, in Aluminiumfolie wickeln und warm stellen. Die Soße durch ein Sieb geben und mit der Mehlbutter binden . Die Blüten und die Petersilie fein gehackt in die Soße geben und nachwürzen.

Zubereitung Tomaten mit Käse:

Die Tomaten halbieren und mit dem Olivenöl in einer Pfanne leicht an schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen, eventuell ein Prise Zucker hinzufügen. Den Käse in Scheiben schneiden und in einer beschichteten Pfanne anbraten. Nun Basilikumblätter und den Käse auf den Tomaten verteilen, fertig. Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf je Teller 2 Scheiben anrichten. Tomaten mit Käse dazugeben und das Fleisch mit der Soße übergießen.

Frischer Aal mit Bratkartoffeln

Zutaten:

2 frische Aale
500 g Kartoffeln
1 Bund Salbei
Kokos-Chili-Öl
Aprikosenkernöl
Chilifäden
Salz
weißer
Pfeffer aus der Mühle
1 frisch Knoblauch-Knolle
3 El Olivenöl
1 Tüte Nussmischung
2 El Butter

Zubereitung:

Den Aal am Kopf einschneiden und die Haut nach hinten abziehen. Mit einem scharfen Messer den Aal filetieren und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Stücke in eine Schale legen und mit Salz, Kokos-Chili-Öl und Aprikosenkernöl marinieren.

Derweil die Kartoffeln schälen und würfeln.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Kartoffeln und Salbei dazugeben und bei mittlerer Hitze langsam braten. Den Salbei nach 10 Minuten herausnehmen. Ca. eine Handvoll Nüsse dazugeben und mit braten. Wenn die Würfel goldbraun sind, mit Salz und Pfeffer würzen und zu Seite stellen.

Ca. 2 Esslöffel Kokos-Chili-Öl und 2 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Aal von beiden Seiten anbraten. Etwas Salbei und die Butter dazugegeben und kurz mit schwenken. Den Aal auf einer Platte schön anrichten und die Kartoffeln nochmal in der Aalpfanne schwenken. Die Kartoffeln zum Aal geben und mit Chilifäden dekorieren.

Tarte Tatin mit Gießpudding und Pflaumen

Zutaten:

1 kg Pflaumen
1 Stück Blätterteig
500 ml Milch
100 ml Sahne
1 Vanilleschote
100 g Zucker
200 g Weichweizengrieß
1 TL Mandel-Kaffee-Öl
1 Limette
2 Eigelb
Salz
3 EL Zucker für die Pflaumen

Zubereitung:

Die Milch in einem Topf erwärmen und die Schale von halbe Limette mit einer Reibe dazu geben. Vanilleschote auskratzen und in die Milch geben .
Zucker, Weichweizengrieß und Eigelb nacheinander einrühren .
1 Prise Salz, Sahne und das Mandel-Kaffee-Öl dazugeben und immer rühren.

Die Pflaumen entkernen und mit Zucker in einer Pfanne karamellisieren.
Die fertigen Pflaumen in ein Tarte Form geben und mit dem Grießpudding überziehen. Jetzt das Ganze mit dem Blätterteig bedecken und die Ränder andrücken. Bei 200 Grad im Backofen ca. 25 Minuten backen.