

# Lammlachse orientalisch



## Zutaten:

Für 2 Personen

- 500 g Hokkaido - etwa 1 Mini-Kürbis
- 500 g Kartoffeln festkochend
- 300 g Lammlachse
- 2 TL [Harissa](#)
- 4 EL Olivenöl
- 3 EL Granatapfelkerne
- 1-2 EL Pinienkerne
- 3 EL Balsamico-Essig dunkel
- 200 ml Lammfond
- Muskat gerieben
- 3 EL Granatapfelsirup
- 1 TL Speisestärke
- 2 Stengel Minze
- 4 Stengel Petersilie
- 1 TL Kurkuma
- Salz & Pfeffer
- 2 EL Paniermehl
- 1-2 EL Butter

Außerdem 2 mittlere Auflaufformen

## Zubereitung:

Auflaufformen im Ofen bei 90° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Kartoffel mit Schale in ausreichend Wasser garen und pellen, anschließend der Länge nach vierteln.

Hokkaido waschen, halbieren und entkernen, anschließend in etwa fingerdicke Scheiben schneiden und in Salzwasser 10 Minuten blanchieren. Nur abgießen und abtropfen lassen, dann in eine der Auflaufformen legen und in den Ofen stellen.

Lammlachse von Häutchen und Fett befreien. 1 1/2 EL Öl mit 1 TL Harissa in einem tiefen Teller vermischen, Lammlachse darin wälzen und in eine aufgeheizte, beschichtete Pfanne geben. Restliches Öl-Harissa-Gemisch darüber geben. Nur kurz von beiden Seiten anbraten, dann in die zweite aufgeheizte Auflaufform legen und 90 Minuten bei 90° C garen. \*\*

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Öl rösten, bis sie zu duften beginnen.

Etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit Balsamico und Lammfond in einem kleinen Topf mit 1/2 TL Harissa aufkochen. Sirup mit der Stärke verrühren, zugeben und zur Sauce einköcheln lassen.

Minze und Petersilie waschen, in Küchenpapier trocken tupfen und klein schneiden. In einer Pfanne 1 1/2 EL Öl erhitzen, Kürbisspalten dazugeben, mit Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen und 2/3 der Kräuter dazugeben. Vor dem Servieren mit den restlichen Kräutern bestreuen.

Butter in einer zweiten Pfanne erhitzen, die Kartoffeln darin schwenken, mit 1/2 TL Harissa würzen. Paniermehl zugeben und knusprig braten.

Fleisch aufschneiden und salzen. Mit Sauce, Granatapfel- und Pinienkernen sowie Kürbis, restlichen Kräutern und Kartoffeln servieren.

Guten Appetit! 😊

\*\* Kerntemperatur des gegarten Fleisches sollte 63°C betragen, dann ist es mehr rosa als hier, wir mögen es eher mit 65° C, dann ist es etwas mehr durch.