

Zartes Lammhüftli mit Pistazienschaum

Vor- und zubereiten: ca. 1 Std.
Schmoren im Öl: ca. 1 Std.
Kühl stellen: ca. 2 Std.
Für einen Kisag-Bläser (5 dl)
Für 2 Einmachgläser von je ca. 7 dl

- 50 g ungesalzene geschälte Pistazien
- 150 g griechisches Joghurt nature
- 1 EL Zitronensaft
- ½ TL Salz
- 1 dl Halbrahm
- Öl zum Anbraten
- 4 Lammhüftli (je ca. 200 g)
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Salz
- wenig Pfeffer
- 4 Knoblauchzehen, in Scheibchen
- 1 Bund Salbei
- ca. 3 dl Olivenöl (nicht kalt gepresst)
- 4 Rollen Pastateig
- Salzwasser, siedend
- 1 EL Olivenöl
- ½ TL scharfer Curry

Film auf
videos.bettybossi.ch

1. **Pistazienschaum:** Pistazien mit allen Zutaten bis und mit Salz pürieren, durch ein feines Sieb streichen. Rahm darunterühren, in den Kisag-Bläser giessen, fachgerecht verschliessen, mind. 2 Std. kühl stellen.
2. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch mit Kreuzkümmel bestreuen, würzen, im Öl rundum ca. 5 Min. anbraten, Knoblauch und Salbei begeben, kurz mitbraten, in die Einmachgläser geben, auf ein Backblech stellen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle eines Lammhüftlis einstecken, Fleisch mit Öl knapp bedecken.
3. **Schmoren im Öl:** ca. 1 Std. in der Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Ofens. Die Kerntemperatur soll ca. 55 Grad betragen. Die Lammhüftli können anschliessend bei 60 Grad bis zu ca. 2 Std. warm gehalten werden.
4. **Curry-Nudeln:** Pastateige entrollen, in ca. 2 cm breite Streifen schneiden, im Salzwasser

knapp al dente kochen, abtropfen. Öl mit Curry in derselben Pfanne warm werden lassen, Nudeln darin wenden.

5. 2 Patronen in den Kisag-Bläser spritzen, kräftig schütteln. Fleisch aus dem Öl nehmen, tranchieren, mit den Nudeln auf Tellern verteilen. Pistazienschaum in Gläslern spritzen, dazu servieren.

Tipps

– Statt Lammhüftli Schweinsfilet verwenden, ca. 1 Std. im Öl schmoren. Die Kerntemperatur soll ca. 65 Grad betragen.

– Pistazienschaum ohne Kisag-Bläser zubereiten: Pistazien mit Rahm, Zitronensaft und Salz pürieren, Joghurt daruntermischen.

Hinweis: Wird Fleisch langsam im Öl geschmort, wird es besonders zart. Das ausgekühlte Öl durch ein feines Sieb giessen, ca. 1 Tag stehen lassen, nochmals absieben. Das Öl innert eines Monats aufbrauchen (zum Andämpfen und Braten verwenden).

Portion: 839 kcal, E 63 g, Kh 78 g, F 34 g



Der
passende
Wein

Ribera del Duero DO Conde De San Cristóbal

Herkunft: Spanien/Ribera del Duero

Rebsorten: Tempranillo (90 %), Cabernet Sauvignon, Merlot

Charakter: dunkles Kirschrot, würzige Barrique-noten von Vanille, Karamell, Kokosnuss und Zimt, die reifbeerigen Frucht- aromen rücken in den Hintergrund. Wirkt trotz sehr hohem Tanningehalt fein, ist vielschichtig und komplex, erfrischende Säure gibt Eleganz.

Passt auch zu: Pasta und Fleisch.

Bezugsquelle: in grösseren Coop Supermärkten und unter www.coopathome.ch

