

Gegrillte Lammhuft mit Petersilien-Koriander Mayonnaise, grünem Spargel und gebratenem Sellerie

Zutaten für 4 Personen

Lammhuft:

Gewürzlake:

Lammhuft oder gut gereifte Schafhuft	600	g
Wasser	1000	ml
Knoblauchzehen	5	Stück
Thymian	1	Bund
Rosmarin	2	Zweige
Estragon	2	Stängel
Zwiebel	1	Zwiebel
Pfefferkörner	15	Stück
Zucker	25	g
Salz	80	g
Lorbeerblätter	2	Stück
Neutrales Öl	20	ml
Fleur de Sel	5	g

Den Grill anfeuern. Für die Würzlake den Knoblauch schälen und klein schneiden. Den Thymian, den Rosmarin und den Estragon waschen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Die Zwiebel schälen und halbieren. Die Pfefferkörner im Mörser leicht andrücken. Das Wasser mit dem Zucker und dem Salz auf 80° C erhitzen und gut umrühren. Den Knoblauch, die Kräuter, die Zwiebelhälften, Pfefferkörner und Lorbeerblätter hinzugeben und die Lake zugedeckt auskühlen lassen. Die Lammhuft in die kalte Lake einlegen und ca. 1 Stunde ziehen lassen. Das Fleisch trockentupfen und mit etwas Öl bestreichen. Auf den Grill legen und auf allen Seiten das Fleisch scharf angrillen. Die Huft bei indirekter Hitze ca. 10 Minuten langsam weitergaren lassen. Mit Marinade bestreichen und zum Schluss dem Fleisch noch etwas Hitze geben. Kurz rasten lassen und tranchieren. Mit etwas Fleur de Sel würzen.

Honig-Kräuter-Marinade:

Knoblauchzehen	2	Stück
Thymianzeige	5	Stück
Rosmarinzweige	2	Stück
Bio Limetten	2	Stück
Honig flüssig	100	g
Sojasauce	50	ml

Für die Honig-Kräuter-Marinade den Knoblauch schälen, grob hacken und mit dem Messerrücken fein zerdrücken. Die Kräuter waschen und vorsichtig von den Stielen zupfen und anschließend fein hacken. Die Limetten heiß waschen, trockenreiben und die Schale fein abreiben. Alle Zutaten für die Marinade gründlich vermischen. Wenn die Lammhuft den gewünschten Garpunkt

erreicht hat, das Fleisch rundherum mit Marinade bestreichen und weitere 10 Minuten nicht zu heiß fertig grillen lassen.

Koriander Mayonnaise:

Eiweiß	2	Stück (60g)
Salz	6	g
Sonnenblumenöl	150	g
Petersilien Öl	50	g
Koriander	50	g
Saft von Limette	¼	Stück
Dijon Senf	1	Messerspitze

Das Eiweiß in einem hohen, schmalen Becher geben. Salz hinzufügen und Öl eingießen. Den Stabmixer am Boden des Bechers ansetzen und mit dem Mixen starten. Den Mixstab langsam nach oben bewegen, sodass das Öl mit dem Eiweiß emulgiert und dabei eine cremige Masse entsteht. Anschließend mit Limettensaft und Senf abschmecken. Gehackten Kräuter begeben und nochmals kurz mixen.

Grüner Spargel:

Spargel grün	24	Stück
Salz	10	g
Zucker	5	g
Bio Limette	¼	Stück
Butter	30	g
Kräuter		nach Wunsch

Den Spargel mit einem Sparschäler vorsichtig schälen und bei der Schnittfläche ca. 1,5cm abschneiden. Einen Topf mit etwas Wasser zum Kochen bringen und gut salzen, etwas Zucker und die Zitrone begeben. Den Spargel kurz blanchieren und in eiskaltem Wasser wieder abschrecken. Mit etwas zerlassener Butter marinieren, mit Salz, Zucker und Estragon abschmecken. Kurz auf den Griller legen und zum Servieren bereitstellen.

Sellerie:

Sellerie	1	Stück
Holundersirup	1	Spritzer
Butter	30	g
Salz	1	Prise

Den Sellerie gut waschen und im Dämpfer im Ganzen ca. 1 Stunde garen. Dieser kann auch am Grill oder im Backrohr bei 180° C eine gute Stunde gegart werden bis die Sellerie karamellisiert. Anschließend mit dem Messer schälen und gewünscht portionieren. Mit flüssiger Butter und etwas Holundersirup marinieren und auf den Griller legen. Mit Salz abschmecken.

Baguette:

Mehl glatt	500	g
Hefe	20	g
Wasser	250	g
Salz	12	g
Butter	30	g

Germ im warmen Wasser auflösen, Salz, Butter und Mehl dazugeben. Zu einem glatten Teig kneten und gut abarbeiten lassen. An einem warmen Ort gehen lassen, noch einmal zusammenschlagen und Baguette formen. Die geformten Baguettes an einen Warmen Ort ca. 20-30 Minuten gehen lassen. Vor dem Backen das Brot mit Wasser bestreichen und bei 220° C ca. 15 Minuten backen.

Bildunterschrift:

Küchenmeister Johann Egger
Fachlehrer Tourismusschulen am Wilden Kaiser
Ausbilder am Wifi Tirol

Storyboard:

- **Sellerie:** waschen, dämpfen oder braten, schälen, gewünscht portionieren/ ausstechen, einschneiden, mit flüssiger Butter und Holundersirup marinieren, auf den Grill legen, salzen.
- **Baguette:** alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneteten, den Teig eine Stunde an einen Warmen Ort gehen lassen, Baguette formen, mit sauberem Geschirrtuch abdecken, gehen lassen, Backen bei 210° C ca. 15 min., Portionieren
- **Gewürzlake:** alle Zutaten abwiegen, Wasser in einen Topf geben, Pfefferkörner mörsern, Salz, Zucker, Lorbeerblätter, Zwiebel, Sternanis, Wacholder, Knoblauch, Thymian, Rosmarin, beigeben, Aufkochen und Abkühlen lassen, das Fleisch eine Stunde in die kalte Lake legen, herausnehmen etwas abtupfen, mit neutralem Öl bestreichen, auf Grill legen, gegen Ende der Garzeit mehrmals mit Marinade bestreichen, Portionieren, salzen und anrichten.
- **Marinade:** Honig mit Sojasauce, Thymian, Rosmarin und Limettenschale gut verrühren. Das Fleisch am Grill damit einstreichen.

- **Gemüse:** Spargel schälen, mit flüssiger Butter, Salz, Zucker und etwas Limettensaft marinieren, am Grillen auflegen bis die Spargeln eine schöne Farbe bekommen.
- **Mayonnaise:** Eiklar in ein schmales Gefäß geben, Öl, Salz, Dijonsenf, Spritzer Limettensaft begeben, mit Stabmixer emulgieren Kräuter nach Wunsch begeben.
- **Grillen:** das Fleisch auflegen, ca. 12 Minuten, den Sellerie, Spargel, auf die Flamme legen, das Fleisch mit Marinade mehrmals bestreichen und noch etwas ziehen lassen.
- **Anrichten:** Fleisch portionieren, die einzelnen Komponenten anrichten mit kleingeschnittenen Kräutern dekorieren.

Die warmen Frühjahrs Temperaturen haben mich auf die Idee für das Gericht gebracht. Tiroler Lamm- und Schaffleischspezialitäten eignen sich nicht nur für klassische Gerichte und Speisen, sondern auch ideal zum Grillen. Das Gericht kann sehr gut vorbereitet werden, um später für die Grill Session perfekt gerüstet und möglichst stressbefreit zu sein.