**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 beigeben 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 beigeben. 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 gelegen, 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 Griller auflegen bis die Spargeln eine schöne Farbe bekommen.
* **Mayonnaise:** Eiklar in ein schmales Gefäß geben, Öl, Salz, Dijonsenf, Spritzer Limettensaft beigeben, mit Stabmixer emulgieren Kräuter nach Wunsch beigeben.
* **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.