

# Lamm- krone

mit glacierten Oliven-Tomaten



● *Lamm*

🕒 ca. 45 min

🍽️ mittel



Personen: 4-6 · Zubereitung: 30 min · Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeit: mittel · **Teilstück: Lammkrone**

## Zutaten

### Lammkrone

- 800 g ehrlich.tirol Lammkrone (Lammrücken mit Rippenknochen)
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Dijon-Senf
- 6 Knoblauchzehen
- 4 Rosmarinzweige
- 8 Zweige Zitronenthymian
- 2 Schalotten
- 1 Schuss Noilly Prat (französischer Wermut)
- 100 ml Suppe
- 15 g kalte Butter

### Tomaten

- 2 Rispen Kirschtomaten
- 4 Knoblauchzehen
- 100 g schwarze Oliven
- 100 g grüne Oliven
- 50 g große Kapern
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 TL Zucker
- 5 Zweige Zitronenthymian
- Salz & Pfeffer



## ZUBEREITUNG

**01.** Den Ofen auf 160°C vorheizen. Die Lammkronen von allen Sehnen befreien, salzen und pfeffern. In einem großen Bräter 1 EL Öl erhitzen und die Lammkronen von allen Seiten kräftig anbraten. Das Fleisch nun mit dem Senf bestreichen. Den Knoblauch schälen, mit dem Messerrücken andrücken und auf das Fleisch legen. Rosmarin und Thymian am Lammrücken verteilen und den Bräter für 10 Minuten ins Rohr schieben. Dann die Hitze auf 120°C reduzieren und 5 - 10 weitere Minuten braten, bis eine Kerntemperatur von 60 - 62°C (je nach gewünschter Garstufe) erreicht ist. Den Bräter anschließend aus dem Rohr nehmen, in Alufolie packen und etwa 15 Minuten rasten lassen.

**02.** Währenddessen eine beschichtete Pfanne mit Olivenöl erhitzen, die Tomaten an den Rippen vorsichtig einlegen. Knoblauch schälen und grob hacken. Oliven und Kapern abseihen und mit dem Knoblauch und Rosmarin in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze zugedeckt etwa 10 Minuten schmoren lassen. Vorsichtig umrühren, sodass sich die Tomaten nicht von der Rippe lösen und weitere 5 Minuten sanft schmoren. Abschließend mit Zucker, Salz und Pfeffer bestreuen und 5 Minuten nicht zugedeckt karamellisieren.

**03.** Die Schalotten schälen, klein hacken und im Bräter mit dem Bratenrückstand in 1 EL Olivenöl anbraten. Mit Noilly Prat ablöschen, mit Suppe aufgießen und kurz aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zuletzt die kalte Butter unterrühren, um die Sauce zu binden.

**04.** Das Fleisch aus der Alufolie nehmen und zwischen den Knochen auseinanderschneiden. Die einzelnen Stücke am Teller anrichten, mit Sauce beträufeln und den glazierten Oliven-Tomaten servieren. Mit frischen Zweigen Zitronenthymian dekorieren.

## TIPP

Ideal als Begleitung bieten sich Polenta, knuspriges Weißbrot oder Bandnudeln an.



**HAT´S GESCHMECKT?**



Teile dein Lieblingsrezept auf  
[facebook.com/ehrllich.tirol](https://facebook.com/ehrllich.tirol) oder [Instagram/ehrllich.tirol](https://instagram/ehrllich.tirol)

**#ehrllichtirol**

Weiter Rezepte findest du unter [www.ehrllich.tirol/rezepte](http://www.ehrllich.tirol/rezepte)

