

Aufgegabelt von Alexander Herrmann Heidschnucken-Medaillons mit Brot-Risotto



Zutaten:

- 1 Stk. Heidschnuckenkeule (alternativ: normales Lamm)
- 2 EL Butter
- 100 g Salzzitrone
- 2 Zweige Oregano, frisch
- 200 g Emmer
- 2 Stk. Zwiebeln
- 1 Schuss Weißwein, trocken
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Butter
- 50 g Parmesan, fein gerieben
- 1 Prise Brotgewürz
- 200 g Ziegenfrischkäse
- 50 ml Milch
- grober Pfeffer (z.B. Melange Noir)

Zubereitung:

1. Den Emmer in gesalzenem Wasser, langsam etwa eine knappe halbe Stunde bissfest vorkochen, und in einem Sieb abgießen. Dann Zwiebelwürfel in einem Topf mit Butter anschwitzen, den vorgekochten

Emmer zugeben, mit einem Schuss Weißwein ablöschen, mit Brühe auffüllen und langsam wie ein Risotto gar köcheln. Butter und Parmesan unterrühren und mit Brotgewürz abschmecken.

2. Oregano von den Zweigen zupfen und fein schneiden, sowie die Salzzitronenschale in feine Streifen schneiden. Die Lammkeule in „gulaschähnliche“ Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit wenig Fett in einer Pfanne braun braten. Anschließend Butter zugeben, aufschäumen lassen und frischen Oregano sowie Salzzitrone zum Aromatisieren mit hineinstreuen und gut durchschwenken.

3. Ziegenfrischkäse mit etwas Milch glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Frischkäse auf zwei Tellern ausstreichen, das cremige Risotto mittig darauf verteilen und die Lammwürfel, samt Salzzitrone darauf anrichten.