

## Lammkeule, Koriandergremolata, Spitzkohl und Shiitake – Ein Rezept von Tohru Nakamura



Gremolata ist eine Würzmischung mit frischen Kräutern die ursprünglich aus der italienischen Küche stammt. Sie schmeckt erfrischend und eignet sich ideal für gegrilltes Fleisch und Schmorgerichte. Wichtig ist, sie erst zum Schluss zum Fleisch zu geben um den vollen Geschmack zu erhalten. Diese Gemüsebeilage ist ideal für zu Hause, da alles in einem Bräter oder einer Pfanne zubereitet werden kann.

Auch ohne das Lamm ist das Gemüse als vegetarische Variante beispielsweise mit Reis sehr lecker.

### Zutaten für 4 Personen:

Ein Stück aus der Lammkeule mit circa 400 g (z.B. Oberschale)



1,5 Knoblauchzehen

1 Rosmarinzweig

Etwas Olivenöl  
1 Bund Koriander  
1 Schalotte  
½ Zitrone (unbehandelt)  
1 El gerösteter Kreuzkümmel  
Etwas Sansho oder Szechuanpfeffer  
1 El Sesamöl  
1 halbe Chilischote ohne Kerne  
250 g Shiitake  
1 kleinerer junger Spitzkohl  
Salz, Pfeffer

**Tipp von Tohru Nakamura:**

Übrig gebliebenes Fleisch eignet sich gut um dieses kleingeschnitten zu einem Gemüsereis oder für eine Pasta zu verwenden. Die Gremolata hält sich etwa 1 Woche im Kühlschrank.

**Zubereitung (circa 45 – 60 Minuten)**



Das Fleisch der Lammkeule mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in etwas Olivenöl in einer heißen Pfanne von beiden Seiten anbraten und eine angedrückte Knoblauchzehe sowie den Rosmarinzweig hinzufügen.

Auf ein Blech geben und im Ofen bei circa 160°C Ober-Unterhitze rosa garen. Dabei mehrmals während dem Garvorgang wenden. Dies dauert circa 30 Minuten, hierbei das Fleisch etwa alle 10 Minuten wenden.



Den Spitzkohl längs vierteln und waschen. Danach etwas von dem Strunk entfernen, aber noch einen kleinen Teil daran lassen, damit die einzelnen Blätter nicht auseinanderfallen.



In einem Schmortopf den Spitzkohl auf beiden Schnittflächen in Sesamöl anbraten, die geputzten Shiitake halbieren und hinzufügen. Anschließend mit Salz würzen und abgedeckt garen bis der Kohl leicht bissfest ist.



Für die Gremolata, den Koriander mit Stielen fein schneiden. Die Schalotte, die halbe und entkernte Chilischote und die Knoblauchzehe in kleine Würfel schneiden. Den gerösteten Kreuzkümmel und den Sansho (oder Szechuanpfeffer) etwas zermörsern. Die restlichen Zutaten – einen Teelöffel Zitronenwürfel (Zitronenschale in kleine Würfel geschnitten, ohne den weißen Anteil), Sesamöl, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer – zugeben und alles vermengen.



Lammfleisch in Scheiben schneiden und die Gremolata darüberggeben. Spitzkohlviertel mit Shiitakeköpfen daneben anrichten.

Guten Appetit!