

LAMMHÜFTE

AUF MEDITERRANEM GRILLGEMÜSE MIT CHIMICHURRI

Zubereitung

Die ungewürzten Lammhüftsteaks umseitig im Beefeer kross anbraten, mit etwas Olivenöl und dem BBQ Beef Rub auf einem Holzbrett einreiben und 10 Minuten ruhen lassen.

Kurz vor dem Servieren nochmals umseitig in den Beefeer legen und erst nach dem zweiten Grillgang mit etwas Zitronensalz würzen.

Die Grillgemüse-Mischung mit etwas Olivenöl vermengen und anschließend mit Zitronensalz, gezupftem Rosmarin und feinst gewürfeltem Knoblauch abschmecken. In einer Auflaufform für 20 Minuten bei 185 °C Ober-/Unterhitze im Backofen garen. Das Gemüse in der Form gut vermischen und im Beefeer kross vollenden.

Das Lamm mit reichlich Chimichurri und je nach Gusto noch mit etwas warmem Brot servieren.

- 4–6 Stk Lammhüftsteaks
- 1–2 Pck Grillgemüse-Mischung
- 1 Glas Chimichurri
- 4 El BBQ Beef Rub
- 1 El Zitronensalz
- 3 Stk Rosmarinzweige
- 2 Stk frischer Knoblauch
- 2 El Olivenöl

Schwierigkeitsgrad



Personenanzahl



Zubereitungszeit

45 Minuten

LAMMHÜFTE



Herkunft – Neuseeland und Irland

Größtes Teilstück vom Lamm

Besonders mager und zart

-
- | | | |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Braten | <input checked="" type="checkbox"/> Schmoren | <input checked="" type="checkbox"/> Kochen |
| <input type="checkbox"/> Dünsten | <input checked="" type="checkbox"/> Sous Vide | <input checked="" type="checkbox"/> Niedrigtemperaturgaren |
| <input checked="" type="checkbox"/> Grill | <input checked="" type="checkbox"/> Smoker | |

WISSENSWERTES

Das Fleisch der Lammhüfte ist mager, zart und würzig. Bei jungen Tieren ist es hellrot und mit fast weißem Fett umgeben. Die Keule gehört zu den teuersten Teilstücken des Lammes.

Das Grillgemüse schmeckt auch hervorragend, wenn es mit Chimichurri gewürzt und auf dem Beefeier fertig gegart wird.



DIE FOOD-MANUFAKTUR