



APPENZELLER ALPEN-LAMM

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 25 min

Ziehen lassen: ca. 30 min

Niedergaren: ca. 1 1/4 Std.

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 3 Lammhüftli (je ca. 250gr.)
- 75g entsteinte Dörripflaumen
- 40g Baumnusskerne
- 3 EL Appenzeller Alpenbitter
- Öl zum Braten
- 0.5 EL Senf
- 0.5 EL Erdnussöl
- 0.5 EL Worcestershire-Sauce
- 0.5 TL Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 DL Fleischbouillon





ZUBEREITUNG:

Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Dörropflaumen und Baumnusskerne grob hacken, mit Appenzeller Alpenbitter mischen, ca. 30 Min. ziehen lassen. In jedes Lammhüftli seitlich eine Tasche einschneiden, mit Dörropflaumenmischung füllen, mit Zahnstocher verschliessen.

Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren, Fleisch bei mittlerer Hitze rundum ca. 12 Min. anbraten, herausnehmen. Senf mit Öl und Worcestershire-Sauce verrühren, Fleisch damit bestreichen, würzen.

Fleisch auf vorgewärmte Platte legen. Niedergaren ca. 1.1/4 Std. in der Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Ofens. (Kerntemperatur des Fleisches ca. 55 Grad.) Fleischbouillon in die Pfanne giessen, Bratsatz lösen, Bouillon auf ca. die Hälfte einköcheln lassen. Appenzeller Alpenbitter begeben, würzen.

Alpen-Lamm tranchieren, Jus dazu servieren.

Dazu passt: Polenta