

Geschmorter Lammrücken mit dicken Bohnen



Personenzahl	4
Zubereitungszeit	2 Stunden

Zutaten	
dicke weiße getrocknete Bohnen	250 g
Lammrücken mit Knochen	1,5 kg
Salz	
Pfeffer	
Olivenöl	140 ml
Schalotten	1
Thymian	12 Zweige
Rosmarin	4 Zweige
Knoblauchknolle	1
Knoblauchzehen	12
Petersilie	5 Zweige
Zwiebel gewürfelt	100 g
Karotten gewürfelt	100 g
Porree gewürfelt	100 g
Butter	40 g

Zubereitung
<p>Die Bohnen am Vortag einweichen. Einweichwasser abgießen. Die Bohnen mit frischem Wasser wieder auffüllen und 1 ½ Std. bei mittlerer Hitze köcheln.</p> <p>2. Den Lammrücken von der Fettschicht befreien. Die weiße Haut dünn einritzen. Den Rücken am Rückrat 2 cm tief einschneiden. Den Knoblauch pellen u. längs halbieren. Restl. Knoblauch fein würfeln. Halbierte Zehen mit 2 Rosmarin- u. 4 Thymianzweigen in die Einschnitte stecken. Die Knoblauchknolle vierteln. Schalotte in 1cm dicke Scheiben schneiden.</p> <p>3. Den Rücken in heißem Olivenöl auf der Fleischseite kurz anbraten, wenden, mit Salz u. Pfeffer würzen. Knoblauchknolle, Schalotte, restl. Rosmarin-u. Thymianzweige zugeben. Den Rücken mit allen Gewürzen auf ein, mit Alufolie belegtes Blech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 140 Grad / 45 min. garen.</p> <p>4. In der Zwischenzeit Petersilie und Thymianblätter abzupfen. fein hacken. Die Bohnen</p>

abgießen, abtropfen lassen. Restliches Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Möhren, Knoblauch, Zwiebeln u. Porree kurz andünsten. Die Bohnen dazu u. 3 Min. garen. Salzen, pfeffern, mit Petersilie u. Thymian bestreuen, durchschwenken und warm stellen.

5. Lammrücken aus dem Ofen nehmen, Fleisch vom Knochen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen u. den Rücken auf der Fleischseite kurz nachbraten. Mit Salz u. Pfeffer würzen. Lammrücken schräg in Scheiben schneiden u. mit dem Bohnengemüse anrichten.