

Verführerisches Lamm



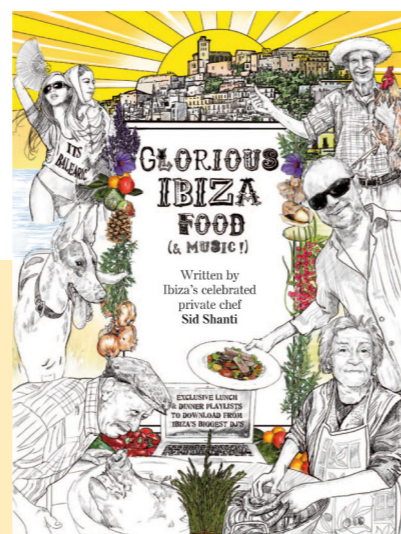
Promikoch Sid Shanti atmet im Oktober wieder durch. Und jetzt beginnt seine Lieblingszeit: die des Grillens mit Freunden ...

Der September ist Vergangenheit. Und mit ihm die Partys und der Massentourismus. Der Oktober ist mein liebster Monat. Die Leute, die hier leben, sind entspannter. Man kann wieder mehr Zeit mit Freunden verbringen. Gemeinsam kochen – aber vor allem mein Liebstes: grillen! Nachdem offenes Feuer und Grillen während der Sommermonate strikt verboten war, glühen jetzt wieder überall auf der Insel die Kohlen. Und was gibt es Schöneres zu dieser Jahreszeit, als mit Freunden und Familie draußen zu sein und dieses unvergleichliche Aroma zu genießen? In diesem Monat teile ich ein Rezept aus meinem Buch mit Ihnen: Das marinierte Ibizenkische Lammkarree, eingerieben mit wildem Rosmarin. Garen Sie das Karree als Krone im Ganzen und heiß auf dem Grill – es gibt kein besseres Lamm! Ich finde, Lammkoteletts garen besser, wenn man die gesamte Leiste grillt. So rinnt das Fett am Fleisch entlang und macht es schön kross, während das Innere saftig bleibt. Außerdem macht es als „Krone“, wie auf

dem Foto gezeigt, optisch echt was her. Und jeder kann sich sein Stück selbst herausschneiden. Wilden Rosmarin findet man überall auf der Insel. Er hat ein ganz besonderes Aroma. Wer nicht auf die Suche gehen mag – normaler Rosmarin erfüllt seinen Zweck auch sehr gut. Ein einfacher grüner Salat mit Öl und Zitronensaft ist ein hervorragender Begleiter zu diesem krossen, aromatischen Fleisch. Mit oder ohne einigen neuen Kartoffeln.

Happy cooking!

Ihr
Sid



Das Buch:

„Glorious Ibiza Food (& Music)“ erscheint zurzeit nur kombiniert in englischer und spanischer Sprache. Sie bekommen es direkt in der Redaktion von IbizaHEUTE und per E-Mail unter office@ibiza-heute.de Außerdem ist es in vielen Buchläden

und Geschäften auf Ibiza erhältlich. Und auch unter www.sidshanti.com – dort sogar vom Autor handsigniert! ISBN: 978-84-616-4372-1 Preis: 34,50 Euro Kontakt: info@sidshanti.com



KATHMANDU

Genießen Sie die unvergleichlich aromatische nepalesische und indische Küche

Wir sind täglich von
12-24 Uhr für Sie da

Restaurant-Gasse von Santa Eulària
C/ San Vicente 49 Tel. 971 339 635 oder 660 706 269
www.kathmanduibiza.com

Lammkrone mit wildem Rosmarin



Zutaten + Vorbereitung:

Für 4 bis 6 Personen

- 1 gesamte Lammrücken-Seite (Karree), ca. 1,4 kg – lassen Sie den Schlachter die Rippen bis zu dem Punkt kürzen, an dem das Fleisch beginnt
- 1 Bund wilder Rosmarin, ca. 20 g – waschen und fein hacken
- 3 Knoblauchzehen – schälen und fein hacken
- 2 EL Olivenöl Extra Virgen
- Etwas Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Schneiden Sie das Fleisch zwischen den Ihnen zugebogenen Knochen ein, sodass Sie die Lammrücken-Seite zu einem Kreis (Krone) formen können.

- Legen Sie die Seite wieder flach vor sich hin und drehen sie um, sodass nun die Außenseite oben liegt. Ritzen Sie die gesamte Außenseite mit einem sehr scharfen Messer rautenförmig ein.
- Vermengen Sie den Rosmarin mit dem Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einer Marinade.
- Reiben Sie das Fleisch und die Einschnitte gut damit ein.
- Lassen Sie das Fleisch 4 Stunden so ziehen.
- Heizen Sie Ihren Grill ein – bis die Kohlen eine weiße Ascheschicht haben.
- Versiegeln Sie das Fleisch kurz von beiden Seiten in der größten Hitze.
- Dann garen Sie es langsam für rund 35 Minuten, mehr am Rand des Grills jenseits der größten Hitze. Das Fett rinnt am Fleisch entlang, tropft in den Grill und verursacht kleine Flammen. Drehen Sie das Fleisch also regelmäßig, um zu verhindern, dass es anbrennt.
- Wenn es kross und gar ist, nehmen Sie das Fleisch vom Grill und lassen es für 10 Minuten ruhen. Formen Sie dann die Krone und servieren es. □