

# Lammragout

## mit Cranberry-Chutney, Karottenreis & Butter-Fingermöhren

### Zutaten für 5 Personen

- 1,2 kg Lammhüfte (pariert)
- 500 ml Geflügelfond
- 350 g Reis
- 300 ml Karottensaft  
(natur, frisch oder aus der Flasche)
- 500 g kleine Fingermöhren  
(Babykarotten, mit Grün wenn möglich)
- 200 g wilder Brokkoli
- 2 Birnen / Äpfel (gewürfelt)
- 150 g frische Cranberrys (alternativ TK)
- 1 rote Zwiebel
- 4 EL Honig oder Ahornsirup
- 80 g Butter
- 6 EL Olivenöl
- 1–2 TL frischer Thymian (gehackt)
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 1 Packung Krabbenchips
- 1 kleiner Bund Minze

### Zubereitung

- 1 |** Karottenreis: Reis in leicht gesalzenem Wasser halbgar kochen, Rest der Flüssigkeit durch Karottensaft ersetzen und fertig garen. Das ergibt eine kräftige Farbe und Süße.
- 2 |** Lammhüfte in Würfel schneiden und in Olivenöl anbraten, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen, mit etwas Geflügelfond angießen und 15–20 Min. schmoren.
- 3 |** Cranberry-Relish: Cranberrys mit gewürfelten Birnen / Äpfeln, gehackter Zwiebel, Honig und etwas Wasser bei kleiner Hitze einkochen (10–15 Min.), süß-säuerlich abschmecken.
- 4 |** Fingermöhren: Babykarotten schälen (Grün dranlassen, wenn möglich). In gesalzenem Wasser 3–4 Min. blanchieren, dann in Butter schwenken und leicht mit Salz und Zucker würzen.
- 5 |** Brokkoli blanchieren, dann in Olivenöl kurz schwenken.
- 6 |** Krabbenchips: Kurz vor dem Servieren in heißem Öl aufpoppen lassen. Im selben Öl die Minze frittieren.

### Anrichten

Karottenreis auf den Teller geben und das Lammragout darauf geben. Das Relish, die Möhren und zum Schluss die Chips darauf anrichten. Den Fond/Sauce vom Schmoren evtl. separat dazu geben.

GUTEN APPETIT

