

Typ: Fleisch

Quelle: Elisabeth Raether, Zeit-Magazin

Bemerkungen: Dieser von der marokkanischen Küche inspirierte Lammeintopf ist, was die Zutaten betrifft, praktisch eine Art Früchtebrot, wie man es im Advent in Süddeutschland isst: Mandeln, Pflaumen, Honig. Das Gericht enthält aber Fleisch, das seine Herrlichkeit der dunklen Soße schenkt. Diese am Schluss aus seinem Teller zu löffeln ist das Ziel der Unternehmung. Viel Aufwand für ein bisschen Soße, könnte man meinen. Aber auch in der Küche gibt es Romantiker, für die so etwas wie Mühe gar nicht existiert, wenn sie zu einem noch so kurzen Moment von großem Glück führt. Ich verwende praktisch keine Gewürze für dieses Gericht, weil man sie meiner Meinung nach nicht benötigt. Aber wer will, gibt Koriander, Safran und Zimtstangen dazu.
Elisabeth Raether, Zeit Magazin

11 Nov 16: Gewürze: 2 EL Koriander, 1 EL Kreuzkümmel, mahlen, 2 EL Ras el Hanout, 1 Zimtstange.

Zutaten: Zutaten für 3 Personen:
3 EL Mandeln,
etwas Sonnenblumenöl,
500 g Lammschulter (vom Metzger in Würfel geschnitten),
1 Zwiebel,
2 Knoblauchzehen,
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm groß),
Salz,
etwa 12 getrocknete Pflaumen ohne Stein,
2 EL flüssiger Honig,
300 g Joghurt,
Schale von 1 Limette oder Zitrone

Rezept: Zunächst die Mandeln blanchieren, und zwar so: in eine kleine Schüssel geben, mit kochendem Wasser übergießen, ungefähr fünf Minuten lang warten. Dann kann man die Mandeln aus der Schale drücken (eine seltsam befriedigende Tätigkeit). Sonnenblumenöl in einem großen, schweren Topf erhitzen. Fleisch darin von allen Seiten anbraten, bis es etwas Farbe angenommen hat. Die Mandeln, die in Streifen geschnittene Zwiebel, den klein gehackten Knoblauch und den klein gehackten Ingwer dazugeben. (Das wäre nun der richtige Moment, die Gewürze hinzuzufügen.) Salzen und unter Rühren ungefähr fünf Minuten lang alles dünsten.

Wasser dazugießen, sodass das Fleisch gerade bedeckt ist. Topf abdecken, das Fleisch ungefähr eine Stunde lang köcheln lassen. Etwas Wasser hinzugießen, falls das Fleisch am Topfboden anzusetzen droht. Schließlich Pflaumen in den Topf geben, das Ganze noch mal 30 Minuten lang schmoren. Zum Schluss Honig unterrühren und nachsalzen. Es passt Couscous dazu, unter den man etwas Butter rühren kann. Auch Brot.

Besonders gut schmeckt dazu auch eine aus Naturjoghurt und fein gehackter Zitronenschale zusammengerührte Soße. Ich habe die Soße mit kleingehackter Limettenschale, klein gehackter Minze, Salz und Pfeffer gewürzt (WG, 11 Nov 16)