Lammschulter im Fichtennadel-Mantel

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 2 h

Aktivzeit: 50 min

Marinieren: 2 h

Mittel



Zutaten

für 6 Personen

1 kg	Schulter vom Schweizer Lamm, ohne Knochen
4	frisch geschnittene Fichtenzweige
1 EL	Senfkörner
1 EL	Korianderkörner
12	schwarze Pfefferkörner
2 TL	Meersalz
2	kleine Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2 dl	Weisswein, trocken
2 dl	Gemüsebouillon
1 kg	Kartoffeln, mehlig kochend
	Salz
1.5 dl	Milch
2 EL	Butter
	Muskatnuss, frisch gerieben
3 EL	Olivenöl
2 Handvoll	frisch gepflückte Brennnesselblätter
400 g	frische gesammelte Pilze (z.B. Pfifferlinge oder Maronen)

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

441	kcal
39 g	Eiweiss
24 g	Kohlenhydrate
18 g	Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Strenge Schweizer Richtlinien.

Die Schweiz hat eines der strengsten Tierschutzgesetze der Welt.

Zubereitung

1 Lammschulter trocken tupfen. Fichtennadeln von den Stielen zupfen und grob hacken. Senf-, Koriander- und Pfefferkörner grob zerdrücken. Alles mit Meersalz mischen und die Lammschulter kräftig damit einreiben. Das Fleisch in eine ofenfeste Form geben, mit einem Teller bedecken und mind. 2 Stunden ziehen lassen.

2 Ofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen (Umluft 160 °C). Zwiebeln schälen und halbieren, Knoblauch schälen und mit Weisswein und Gemüsebouillon zur Lammschulter geben und für 60–70 Minuten ohne Deckel im Ofen braten.

3 Währenddessen Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Wasser abgiessen, Milch zu den Kartoffeln geben und etwas erhitzen. Mit einem Holzlöffel zu Püree verrühren. Die Hälfte der Butter unterrühren, mit Salz und Muskat würzen und warm stellen.

4 Olivenöl in eine grosse Pfanne geben. Brennnessel darin bei mittlerer Hitze portionsweise knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen.

5 Pilze halbieren oder vierteln. Restliche Butter in einer grossen Pfanne bei starker Hitze schmelzen. Pilze zugeben und unter Wenden 4–5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6 Braten aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Pilze und Bratenfond dazugeben. Kartoffelstock mit Brennnesseln anrichten und dazu servieren.