



Rezept aus **Essen ist Fertig!**

©Jamie Oliver!

© David Loftus

GEBACKENES LAMM MIT AUBERGINEN, TOMATEN, OLIVEN, KNOBLAUCH UND MINZÖL

METHODE

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Das Fett auf den Kotelettstücken kreuzweise einschneiden – so kann es besser schmelzen und wird schön knusprig. Das Fleisch beiseite stellen. Die Auberginen quer in 2,5cm dicke Scheiben schneiden, die Tomaten halbieren.

Die Auberginenscheiben mit Olivenöl rundum bestreichen und in einer beschichteten Pfanne auf beiden Seiten leicht anbraten, so dass sie etwas Farbe bekommen. Aus der Pfanne nehmen und auf eine Seite eines Bräters legen. Die Tomatenhälften und die ganzen Knoblauchzehen daneben platzieren und mit etwas Oregano und den Gewürzen bestreuen. Sie können außerdem etwas frisches Basilikum oder Majoran über die Tomaten geben. Das Lamm würzen und in der beschichteten Pfanne auf allen Seiten leicht goldbraun werden lassen. Etwas Olivenöl über das Lamm träufeln, mit der Hautseite nach oben neben die Auberginen und Tomaten in den Bräter legen und im vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen, so dass das Fleisch in der Mitte noch etwas rosa ist – oder eben so lange, wie Sie es gerne haben. Für die letzten fünf Minuten die Oliven mit in den Bräter geben. Aus dem Ofen nehmen und fünf Minuten ruhen lassen.

Jetzt das aromatische Pfefferminzöl herstellen: Die Minze mit je einer Prise Salz und Zucker entweder in einem Mörser oder Mixer zu einer glatten Paste verarbeiten. Ein paar EL Rotweinessig zugießen und mit 6 EL Olivenöl lösen. Abschmecken und falls nötig, noch etwas Essig zugeben. Eine herrliche Sauce, die großartig zum Gemüse und zum Lamm passt. Ich schneide die Rippenstücke etwa in der Mitte zwischen den Knochen durch und teile jede »Hälfte« erneut in drei oder vier Koteletts. Zwei Gäste haben immer eine Rippe mehr, aber das muss nicht unbedingt bedeuten, dass sie auch mehr Fleisch bekommen als die anderen beiden.

P.S.: Bitten Sie Ihren Metzger beim Kauf der Kotelettstücke, die Rippenenden für Sie freizulegen, also alles Fleisch und Fett zwischen und an den Knochenenden zu entfernen – das sieht nicht nur besser aus, sondern ist auch leichter zu handhaben.

ZUTATEN

4 PORTIONEN

- 2 Lamm-Rippenstücke (je 7 Koteletts), vorzugsweise vom Bio-Hof, die Knochenenden sauber abgeschabt
- 2 feste Auberginen
- 8 reife Eiertomaten
- natives Olivenöl extra
- 8 Knoblauchzehen, ungeschält
- getrockneter Oregano
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- frisches Basilikum oder frischer Majoran nach Belieben
- 1 Hand voll Oliven, entsteint
- 1 große Hand voll frische Minze
- 1 Prise Zucker
- guter Rotweinessig