

Hier und heute

Geschmorte Lammhaxe mit Spitzkohl und Couscous

Es wird herbstlich und aromatisch: Julia Komp macht geschmorte Lammhaxe mit regionalem Gemüse der Saison und einem Couscous mit Nüssen und Granatapfel.

Rezept

Geschmorte Lammhaxe mit Spitzkohl und Couscous

von Julia Komp für 6 Portionen

Zutaten für die Lammhaxe

- 1,5 kg Lammhaxe
- 700 g Zwiebeln
- 140 g Sellerie
- 220 g Fenchel
- 250 g Karotten
- 18 g Knoblauch
- 18 g Chili

Zutaten für die Soße

- 1 l Kirschsaff
- 1 l Rote-Bete-Saft
- ggf. 2 Limetten
- 1 l Lammfond
- 100 g Tomatenmark
- 200 ml Portwein
- 20 g getrocknete Sauerkirschen

Zutaten für die Gewürzmischung

- 30 g Salz (etwa 10 g je Haxe)
- 1,5 g Pfeffer
- 2,5 g Kurkuma
- 1 g Zimt
- 0,5 g Lorbeer
- 0,7 g Koriander
- 1 g Kardamom (circa 5 Kapseln)
- 80 ml Öl oder Lammfett

Zubereitung

In einem Topf das Lammfett erhitzen und die kräftig gewürzten Lammhaxen (siehe Gewürzmischung) darin anbraten. Anschließend herausnehmen.

Die geschälten, gewürfelten Zwiebeln, das restliche gewürfelte Gemüse und den gehackten Knoblauch in den Topf geben.

Das Tomatenmark kurz mitrösten und mit Portwein ablöschen. Dann den Lammfond, Rote-Bete-Saft und Kirschsaff hinzufügen und köcheln lassen. Abschmecken – die Soße sollte kräftig sein.

Die Lammhaxen zurück in den Bräter geben und bei 150 °C mindestens 1,5 Stunden schmoren.

Zutaten für den Couscous mit Nüssen und Granatapfel

- 200 g Couscous
- 50 g Butter
- 400 ml Gemüsebrühe

Hier und heute

- 1 Schalotte
- ½ Fenchel
- 1 Chili
- ½ Zehe Knoblauch
- Salz
- 80 g Mandeln
- 50 g Pistazien
- 50 g Granatapfelkerne
- Gewürze: Zimt, Kreuzkümmel, Koriander, Fenchel, Kardamom / Baharat / Ras el Hanout
- Olivenöl

Zubereitung

Die Schalotte fein schneiden, Knoblauch und Chili fein hacken und in Butter anschwitzen. Das Gemüse kurz mit anschwitzen. Den Couscous zugeben und mit der heißen Brühe aufgießen. Gut vermischen und in ein Dampfsieb geben. Etwa 15 Minuten dämpfen. Die Nüsse im Ofen bei 160 °C für 2-3 Minuten rösten und grob hacken. Den Granatapfel auslösen. Kurz vor dem Servieren Nüsse, Granatapfelkerne und etwas Olivenöl unter den Couscous mischen.

Zutaten für Spitzkohlgemüse

- 1 Spitzkohl
- 2 Schalotten
- ½ Soloknoblauch
- ½ rote Chili
- 2 EL Butter
- Ras el Hanout
- 1 EL Berberitzen oder getrocknete Sauerkirschen

Zubereitung

Butter aufschäumen und die fein gewürfelten Schalotten, Knoblauch und Chili anschwitzen. Den Spitzkohl vierteln, den Strunkansatz entfernen und sehr fein schneiden. In die Pfanne geben, großzügig salzen und mit Ras el Hanout bestäuben. Anschwitzen, schwenken und langsam dünsten, bis der Kohl weich und aromatisch ist.