

Salan Gosht

Lamm einmal anders: nämlich mit Spinat. Die Salan Gosht Sauce kann gut ein bis zwei Tage vorher zubereitet werden. Hier das Rezept für vier Personen.

Je 25g Butter und Margarine erhitzen, darin 180g gehackte Zwiebeln gold-braun rösten.
 5g Knoblauch, 5g Ingwerpulver,
 1g schwarzer Pfeffer,
 1g Kardamom, ein Lorbeerblatt beigeben und mit 1dl Wasser, 2dl Bratensaft und 3dl Rahm ablöschen.
 15 Minuten kochen lassen und dann 15g gehackter Spinat beigeben; nochmals ca. 5 Minuten kochen und mit einem Stabmixer pürieren.
 Salzen nach Belieben.

Mit dieser Basissauce kann nun z.B. ein Ragout zubereitet werden: Pro Person rechnet man 180g Lammfleisch von der Keule (ev. auch von der Schulter), das in Würfel geschnitten wird, und 40g frische, gefrorene oder getrocknete Steinpilze. Das Lammfleisch im Olivenöl anbraten, die Steinpilze beigeben und mit Weisswein ablöschen. In eine Kasserole geben, mit der Salan Gosht Sauce auffüllen und zugedeckt im Ofen weich kochen. Als Beilage passt sehr gut ein Safranreis. Die Salan Gosht Sauce eignet sich aber auch bestens zu Lammkoteletten oder zu Lammfilet.

Das Rezept wurde von Franz Mair, Chefkoch im Hotel Monopol (Luzern) aufgeschrieben.