

# Lammhuf mit Kürbis, Rosenkohl und Polenta

*Für 10 Portionen*

<b>Zutaten</b>	<b>Menge</b>	<b>Einheit</b>
Polentagriess	0.4	kg
Sbrinz	0.15	kg
Vollrahm	0.25	L
Gemüsebouillon	1.2	L
Rotwein	1	L
Knoblauchzehen	1	Stk.
Zwiebeln	0.5	kg
Hokkaido Kürbis	1	Stk.
Coco Bohnen	0.3	kg
Rosenkohl	0.3	kg
Champignons	0.5	kg
Lammhuf pariert	5	Stk.
Salz, Pfeffer, Muskat, Rosmarin, Thymian, Olivenöl		



## Zubereitung

- 1. Rotweinzwiebeln**  
 Zwiebeln mit etwas Zucker goldgelb karamellisieren und mit Rotwein ablöschen. Grob geschnittenen Zwiebeln in einer separaten Pfanne goldgelb anschwitzen und dazugeben und alles ca. eine Stunde mit Deckel schmoren lassen. Den Deckel wegnehmen und den Rotwein mit einkochen lassen.
- 2. Hokkaido Kürbis**  
 Der Kern des Kürbisses entfernen und in Spalten schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Bei 150°C in der ELRO Flexipfanne oder Druckgarbraisière mit etwas Olivenöl langsam braten. Sobald dieser beidseitig gebräunt ist, mit geriebenem Muskat würzen und warmstellen.
- 3. Rosenkohl und Coco Bohnen**  
 Rosenkohl und Coco Bohnen rüsten und in der ELRO Druckgarbraisière für 1 Minute unter Druck dämpfen. Mit Butter Champignons anschwitzen, anbraten und dann den Rosenkohl und die Bohnen dazugeben. Kurz glasieren, mit Salz und Pfeffer würzen
- 4. Polenta**  
 Die Polenta am Vortag langsam weichkochen, mit Vollrahm und Sbrinz abziehen und auf ein Blech streichen und abkühlen lassen. Die ausgekühlte Polenta dann in



Stücke schneiden oder ausstechen und in der ELRO Flexipfanne oder Druckgarbraisière bei 150°C braten bis diese goldbraun ist.

5. Lammhuft

Lammhuft mit Knoblauch abreiben, würzen mit Salz und Pfeffer und in Thymian wenden. Mit etwas Olivenöl beträufeln und im ELRO Prejicet+ bei 90°C mit Kerntemperatur 65°C ohne Lüftergeschwindigkeit langsam garen.

6. Kurz vor dem servieren die Lammhuft mit der Thymiankruste unter dem Salamander gratinieren und quer zur Faser aufschneiden

