

Topinambur-Püree mit Lammkoteletts

Zutaten:

1,25 kg Topinambur
Salz und Pfeffer
1 EL Zucker
6 EL Olivenöl
3 EL Crème fraîche
Muskat
1 Knoblauchzehe
8 Lammstielkoteletts
3 Thymianzweige

Zubereitung:

Den Backofen auf 200° Umluft vorheizen (Stufe 5 Gashitze).

Die Topinamburknollen schälen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Topinambur auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und mit Salz, Pfeffer, Zucker und 4 EL Olivenöl gut vermengen und für ca. 40 Minuten backen.

Die Knoblauchzehe leicht andrücken und die Koteletts rundherum mit Salz würzen. 10 Minuten vor Ablauf der Backzeit eine Grillpfanne mit 2 EL Olivenöl erhitzen. Die Koteletts und den Knoblauch in das heiße Öl geben und auf jeder Seite 2-3 Minuten braten. Mit Thymian und Pfeffer würzen.

Den gegarten Topinambur durch eine Kartoffelpresse drücken und anschließend die Crème fraîche gründlich unterrühren. Püree auf dem Teller geben und die Lammkoteletts an diesem anrichten.

Tipp:

Wer lieber Fisch als Fleisch mag, kann auf Zander oder Seeteufel zurückgreifen. Achtung bei Fisch: Bei der Wahl des Fisches sollte man darauf achten, dass er aus nachhaltiger Fischerei kommt und das keine bedrohten Arten auf dem Teller landen.

Vegetarier und Veganer können das Fleisch durch Räuchertofu ersetzen oder panierte Sellerieschnitzel dazu machen. Veganer können die Milch je nach Geschmack ganz einfach durch Soja-, Reis- oder Haferdrink ersetzen.