



## Lammrack

Süsskartoffelgratin / Bohnen im Speckmantel



2 Personen

### ZUTATEN

1 Lammrack

Salz, Pfeffer, Rosmarin oder Thymian,  
Knoblauch, Bindfaden bzw. Kochschnur  
Temperaturfühler

300 g Süsskartoffeln  
50 g Zwiebelwürfel  
20 g Knoblauch  
1 dl Vollmilch  
1 dl Rahm  
50 g Sbrinz gerieben

Salz, Pfeffer, Koriander gemahlen, Muskat

250 g Bohnen  
30 g Zwiebel  
20 g Knoblauch  
6 Bauchspecktranche

Salz, Pfeffer, Muskat, Rohrzucker, Bohnenkraut  
Butter

### ZUBEREITUNG

Das Lammrack vom überschüssigen Fett befreien und die herausstehenden Knochen schön sauber abputzen, damit das Fleisch am Knochen nachher nicht schwarz wird. Mit Hilfe eines Bindfadens, der um jeden einzelnen Knochen gewickelt und straffgezogen wird, geht es beim Lammrack eigentlich problemlos. Der Rest wird mit einem scharfen Messer abgeschabt.

Rack gut würzen und mit Knoblauch einreiben. Scharf anbraten und im Backofen bei 180°C ca. 15 Minuten auf 55°C Kerntemperatur bringen. Backofen öffnen und das Rack 10 Minuten ziehen lassen, bevor ihr es anschneidet. Ich richte immer zuerst die Beilagen auf vorgewärmten Tellern an, sobald das Fleisch die gewünschte Temperatur erreicht hat und schneide dieses erst ganz zum Schluss auf.

**En Guetä!**



Folgen Sie uns auf Instagram  
[@stutzerundfluelerfoodblog](https://www.instagram.com/stutzerundfluelerfoodblog)