

# Die Gourmets haben das Lamm entdeckt!

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen**

Band (Jahr): **61 (1988)**

Heft 11

PDF erstellt am: **10.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-519413>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Die Gourmets haben das Lamm entdeckt!

---

*STI-Die berühmten Küchenchefs der neueren Zeit haben dem Lamm zu immer grösserer Beliebtheit verholfen, denn sein würziges, kalorienarmes Fleisch passt hervorragend in ihr Konzept ernährungsbewusster und kulinarisch trotzdem raffinierter Gastronomie. Kein Wunder, dass auch im Privathaushalt immer öfter Lammfleisch auf den Tisch kommt.*

### Ideales Klima in Neuseeland

Neuseeland hat wohl die längste Tradition in der Schafzucht und im Export von tiefgefrorenem Lamm. Schon vor über hundert Jahren verliesen die ersten Schiffe mit der begehrten Fracht die Pazifikinsel. Heute sind die Neuseeländer Grosslieferanten von tiefgefrorenem Lammfleisch und beliefern damit die ganze Welt. Mit stets wachsendem Erfolg, denn das Fleisch ihrer Lämmer gilt als besonders zart und aromatisch. Dafür sorgen die reine, milde Luft des Pazifiks, die saftigen, immergrünen Wiesen und die Sonne, die dort fast 2000 Stunden pro Jahr scheint. Neuseeland-Lamm wird unmittelbar nach der Schlachtung tiefgefroren – deshalb ist sein Fleisch auch so zart und «mürbe».

### Günstig fürs Haushaltbudget

Tiefgekühltes Lammfleisch ist das ganze Jahr hindurch 30 – 40% günstiger als frisches. Es wird im Lebensmittelhandel und bei Grossverteilern usw. als Lammkeulen (Gigots), Lammrücken, -koteletts, -schulter usw. verkauft und eignet sich auch prima als Vorrat in die Tiefkühltruhe.

### Wieviel pro Person?

Je nach Appetit rechnet man pro Person ca. 200 g Lammfleisch ohne- oder 300 g mit Knochen. Vor der Weiterverwendung soll tiefgekühltes Lammfleisch schonend und vollständig aufgetaut werden. Dazu entfernt man die Folienverpackung, legt das Fleisch auf einen Teller, deckt es mit einem zweiten Teller zu und lässt es im Kühlschrank langsam auftauen: pro Zentimeter Fleischdicke dauert dies etwa 2 – 3 Stunden – je nach Lagertemperatur. Kleine Stücke wie z. B. Koteletts und Chops lässt man antauen und gibt sie noch mit gefrorenem Kern direkt auf den Grill oder in die Bratpfanne.

### Saftig-Knusperiges vom Grill

Lamm eignet sich ausgezeichnet zum Grillieren. Sein natürliches Fett schützt das Fleisch vor dem Austrocknen, verleiht ihm ein würziges Aroma und hält es saftig. Unerwünschtes Fett wird also mit Vorteil erst nachher weggeschnitten. Zum Grillieren auf dem Rost eignen sich vor allem Koteletts, Chops oder Gigot-Steaks. Grössere Stücke wie zum Beispiel ganze Gigots (Keulen) oder Lammrücken erfordern etwas Übung – Anfänger gehen mit dem Backofen oder dem Drehspieß auf Nummer Sicher.

Eine rassige Marinade, frische Kräuter wie Rosmarin, Thymian, Pfefferminze, kräftiger Senf und natürlich Knoblauch verleihen den Grillspezialitäten aus Lammfleisch zusätzlich Würze und Pfiff.

Zu grilliertem Lammfleisch passen in Folie gebackene Kartoffeln mit Sauerrahm, grillierte Maiskolben, knackige Salate und Kräuter- oder Knoblauchbutter. Klassische Beilagen zu Lamm sind auch gedämpfte Bohnen, Ratatouille und Kartoffelgratins.

Weitere Rezeptideen, sowie eine Anleitung: «Gigot tranchieren – gewusst wie», erhalten Sie gegen Einsendung eines frankierten, an Sie adressierten C5-Kuverts (Format eines halben Briefbogens) beim Schweiz. Tiefkühl-Institut, Forchstrasse 59, Postfach 163 A, 8032 Zürich.

