



Lammgigot-Steak an Orangen-Portweinsauce

So exotisch sich die Sauce anmutet, so gut passt sie auch zum Fleisch vom Lammgigot. Aus dem Gigot geschnittene Steaks sind bestens zum Kurzbraten geeignet, sie werden kurz und kräftig angebraten und danach im Ofen nachgegart, so werden sie zart und saftig und währenddessen bleibt genug Zeit, um die Sauce zuzubereiten. Nebst Orange und Portwein gehört auch Knoblauch zu dieser kräftigen und delikaten Sauce.

In Basilikumbutter geschwenkte Nudeln sind eine vortreffliche Beilage dazu.

Zutaten

- 1 Gigot-Steak, ca. 300g
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer

- 1 Knoblauchzehe
- 1dl Rotwein
- 1dl Hühnerbouillon
- 5cl roter Portwein
- 1/2 Orange

Zubereitung

Gigot-Steak 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Fettschicht am Rand des Steaks 3-4 mal einschneiden, damit es sich beim Braten nicht zusammenzieht. Knoblauch längs halbieren und das Steak damit einreiben, salzen und pfeffern.

Ofen auf 80° vorheizen

Knoblauchzehe, inkl. der Zehe vom Einreiben, längs halbieren und quer zu feinen Scheibchen schneiden. Orange schälen und zu Schnitzen teilen. Häutchen von den

Schnitzen abziehen und die Schnitze dritteln und mit etwas Portwein marinieren.
Orangenschnitze filetieren: Zuerst die Haut auf der runden Aussenseite wegschneiden, danach lassen sich die feinen, seitlichen Häutchen gut abziehen.

Ofen auf 80° vorheizen.

Rapsöl bis knapp zum Rauchpunkt erhitzen. Steak auf beiden Seiten je 3 Minuten anbraten, anschliessend auf einen Teller legen und für ca. 20 Minuten in den Ofen schieben.

Hitze der Kochplatte reduzieren. Knoblauch kurz andünsten, Rotwein dazugießen und auf einen Drittel einkochen lassen. Bouillon und Portwein zugiessen und kräftig aufkochen, 3-4 Minuten kochen lassen, Hitze reduzieren und die Orangenschnitze zugeben. Ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Gigotsteak aus dem Ofen nehmen, ausgetretener Bratensaft in die Sauce einrühren.







Rotwein mit Knoblauch einkochen



Portwein und Bouillon aufkochen



