

Lammrücken, gebacken

Zutaten:

- 4 EL Olivenöl
- 2-3 Knoblauchzehen gepresst
- Je 1 Zweig Thymian u. Rosmarin
- 3 Stängel Petersilie
- 2 Stängel Minze
- 5 Stängel Oregano
- 1 TL Senf
- Gemahlener Pfeffer, Salz, etw. Zucker, etw. Chili
- Etwas Zitronensaft

Zubereitung:

1. Aus allen Zutaten eine Marinade bereiten
2. Den Rücken rundum damit bestreichen
3. In Folie einwickeln und über Nacht (mind. 2 Std.) ziehen lassen
4. Rücken in eine große Kachel geben, Marinade nochmals gleichmäßig verteilen und bei 160° Ober- u. Unterhitze (130° Umluft) 20-25 Min. braten
5. Dann Temperatur auf 180° erhöhen und 10 Min. weiter braten bis der Lammrücken außen braun und knusprig ist.
6. Vor dem Zerteilen 10 Min. ruhen lassen.