

**Daniele Corona**  
**Penne Rigate mit Rotweinsauce, Radicchio und**  
**Lammkoteletts**

**Montag, 12. Oktober 2020**  
**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: 4 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: Leicht**  
**Mediterran, Pasta**

**Zutaten:**

500 g	Lammkoteletts
2	Knoblauchzehen
2 Zweige	Rosmarin
3 Zweige	Thymian
etwas	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1	rote Zwiebel
400 g	kurze Nudeln (z. B. Penne Rigate)
2	Radicchio Trevisano (alternativ klassischer Radicchio)
etwas	Zucker
50 g	Butter
400 ml	kräftiger Rotwein
300 g	Sahne
1	Lorbeerblatt
½	Bio-Zitrone (Schale)
3 EL	Balsamico
1 EL	Honig
100 g	Parmesan

**Zubereitung:**

1. Die Lammkoteletts kalt abbrausen und sorgfältig trocken tupfen.
2. Eine Knoblauchzehe abziehen und würfeln.
3. Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln und abzupfen. Kräuter grob hacken. Hälfte der Kräuter, etwas Olivenöl, Knoblauch, etwas Salz und Pfeffer verrühren.
4. Die Lammkoteletts damit mischen und einige Stunden marinieren.
5. Übrigen Knoblauch und die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.
6. Eine Pfanne hoch erhitzen. Die Koteletts aus der Marinade heben, Marinade abstreifen.
7. Das Fleisch in einer heißen Pfanne von beiden Seiten kurz scharf angebraten (je nach Dicke etwa 30 Sekunden). Das Fleisch muss im Kern noch roh bleiben.
8. Anschließend die Lammkoteletts wieder in die Marinade einlegen.
9. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen.
10. Nudeln im kochenden Salzwasser knapp al dente (mit noch leichtem Biss) kochen.



11. Radicchio putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden.
12. Etwas Olivenöl in die Pfanne zum Bratfett geben und erhitzen. Knoblauch- und Zwiebelwürfel darin sacht andünsten. Hälfte Radicchio in die Pfanne geben, mit einer Prise Zucker bestäuben und langsam karamellisieren lassen.
13. Die Butter hinzufügen und mit Rotwein ablöschen. Die Flüssigkeit langsam um die Hälfte einkochen lassen.
14. Übrigen Thymian und Rosmarin in die Sauce geben. Sahne angießen, das Lorbeerblatt zugeben und alles sacht köcheln lassen.
15. Lammkoteletts auf ein Blech geben und im heißen Backofen 3–4 Minuten fertig garen.
16. Nudeln abgießen, abtropfen lassen, dabei 100 ml Kochwasser auffangen.
17. Nudeln und Nudelkochwasser unter die bereits fertige Sauce mischen und noch einige Minuten köcheln lassen.
18. Währenddessen Zitrone heiß abwaschen und etwas Schale abreiben. Balsamico, etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Honig zu einem Dressing verrühren. Den übrigen Radicchio damit marinieren.
19. Zum Schluss den Parmesan fein reiben, zu den Nudeln geben und alles durchschwenken, so dass eine sämige Mischung entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
20. Die Nudeln auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Lammkoteletts und Radicchio-Salat servieren.

**Nährwert: Pro Portion:** 1200 kcal / 5010 kJ  
85 g Kohlenhydrate, 54 g Eiweiß, 65 g Fett