

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Amateur: Lamm**

**2009-2011**

**102 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

# Inhalt

Bauern-Lammbraten mit Gemüse und Polenta . . . . .	1
Erdbeer-Risotto mit Lamm-Filet . . . . .	2
Feta-Bällchen mit gerösteter Paprika und Lamm-Keule . . . . .	3
Gefüllte Lamm-Lachse mit Mittelmeer-Gemüse . . . . .	4
Gefülltes Lamm-Kotelett mit Kartoffel-Ecken, Thai-Bohnen . . . . .	4
Glaciertes Lamm-Filet, Zitronen-Thymian-Püree . . . . .	5
Lamm-Carée mit Pesto-Kruste und Kartoffel-Sellerie-Püree . . . . .	6
Lamm-Curry mit Roggen-Brötchen . . . . .	7
Lamm-Curry mit Spinat . . . . .	7
Lamm-Filet auf einem Kartoffel-Gemüse-Bett . . . . .	8
Lamm-Filet auf Lauch-Aprikosen-Gemüse und Couscous . . . . .	8
Lamm-Filet in Honig-Senf-Jus mit Salz-Krusten-Kartoffeln . . . . .	9
Lamm-Filet in Rotwein-Soße, Kartoffel-Scheiben, Bohnen . . . . .	10
Lamm-Filet mit Apfel-Minz-Soße und grünem Spargel . . . . .	11
Lamm-Filet mit Auberginen-Törtchen . . . . .	11
Lamm-Filet mit Bohnen im Brick-Teig . . . . .	12
Lamm-Filet mit Bratkartoffeln und Käse-Soße . . . . .	12
Lamm-Filet mit Couscous und kalter Minz-Soße . . . . .	13
Lamm-Filet mit grünem Spargel, Rösti und Zitronen-Schaum . . . . .	14
Lamm-Filet mit Kaffee-Chili-Kruste, Calvados-Soße . . . . .	15
Lamm-Filet mit Knoblauch-Bohnen und Butter-Kartöffelchen . . . . .	15
Lamm-Filet mit Kräuter-Kartoffeln und Senf-Soße . . . . .	16
Lamm-Filet mit Kräuter-Kruste und Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	16
Lamm-Filet mit Kräuter-Tomaten-Kruste . . . . .	17
Lamm-Filet mit Linsen-Meerrettich-Salat und Möhren . . . . .	18
Lamm-Filet mit marokkanischem Couscous und Minz-Joghurt . . . . .	19

Lamm-Filet mit Portwein-Soße, Bohnen, Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	20
Lamm-Filet mit Ras-el-Hanout-Reis und verschiedenen Mojos . . . . .	21
Lamm-Filet mit Rosmarin-Kartoffeln und Rotwein-Soße . . . . .	22
Lamm-Filet mit roten Linsen . . . . .	22
Lamm-Filet mit Süßkartoffel-Gnocchi und Kirsch-Soße . . . . .	23
Lamm-Filet mit Shiitake und Wurzel-Walnuss-Stampf . . . . .	24
Lamm-Filet mit Spaghetti und roter Pfeffer-Soße . . . . .	25
Lamm-Filet mit Speck-Bohnen und Steinpilz-Tatar . . . . .	25
Lamm-Filet, Parisienne-Kartoffeln, Romanesco-Röschen . . . . .	26
Lamm-Filet, Preiselbeer-Chili-Soße, Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	26
Lamm-Filet-Topf mit Wirsing und Kartoffel-Knoblauch-Püree . . . . .	27
Lamm-Hüfte mit Kräuter-Kruste, Kartoffel-Rösti . . . . .	28
Lamm-Karree in Kräuter-Kruste mit Kartoffel-Püree . . . . .	29
Lamm-Karree in Rotwein-Soße und Feta Saganaki . . . . .	30
Lamm-Karree mit einer Oliven-Kruste und Speck-Bohnen . . . . .	31
Lamm-Karree mit Kartoffel-Fenchel-Stampf, Lakritz-Soße . . . . .	31
Lamm-Karree mit Knoblauch, Lavendel und Aprikosen . . . . .	32
Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste und Polenta . . . . .	33
Lamm-Karree mit Lavendel, Aprikosen und Erbsen-Püree . . . . .	34
Lamm-Kotelett mit Knoblauch-Kruste und Bratkartoffeln . . . . .	34
Lamm-Koteletts in Kräuter-Kruste mit Majoran-Kartoffeln . . . . .	35
Lamm-Koteletts mit Gemüse und Röstis . . . . .	36
Lamm-Koteletts mit Knoblauch-Butter und Kenia-Bohnen . . . . .	36
Lamm-Koteletts mit Mandel-Cranberry-Reis . . . . .	37
Lamm-Koteletts mit mediterranen Stampf-Kartoffeln . . . . .	38
Lamm-Koteletts mit Pfannen-Gemüse und Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	39
Lamm-Koteletts mit Pfifferlingen und Polenta . . . . .	39
Lamm-Koteletts mit Rosmarin-Kartoffeln und grünen Bohnen . . . . .	40
Lamm-Koteletts mit Rosmarin-Kartoffeln und Ratatouille . . . . .	41
Lamm-Koteletts mit Thymian-Kruste und Kartoffel-Rösti . . . . .	42
Lamm-Koteletts mit Trüffel-Risotto und Salat der Saison . . . . .	43
Lamm-Koteletts, Walnuss-Feld-Salat, Balsamico-Birnen . . . . .	43

Lamm-Lachs im Winter-Mantel mit Sellerie-Püree . . . . .	44
Lamm-Lachs in Brot-Kruste mit warmen Tomaten-Salat . . . . .	45
Lamm-Lachs mit Artischocken-Tomaten-Ragout, Polenta-Flan . . . . .	46
Lamm-Lachs mit Balsamico-Soße auf Pilz-Risotto . . . . .	47
Lamm-Lachs mit Chili-Kruste und Steinpilz-Risotto . . . . .	48
Lamm-Lachs mit Mango-Chutney und Couscous . . . . .	49
Lamm-Lachs mit Ratatouille und Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	50
Lamm-Lachs mit Roggenbrot-Kruste, Kartoffeln und Kohlrabi . . . . .	51
Lamm-Lachs mit Sellerie-Püree und Aprikosenjus . . . . .	52
Lamm-Lachs mit Spinat-Risotto . . . . .	53
Lamm-Lachs, Rosmarin-Jus und Rote-Bete-Kartoffel-Püree . . . . .	54
Lamm-Lachse auf Rosmarin-Spieß und Nudel-Salat . . . . .	55
Lamm-Lachse auf winterlichem Salat . . . . .	55
Lamm-Lachse im Blätterteig mit Paprika-Confit . . . . .	56
Lamm-Lachse im Kartoffel-Mantel mit Karotten . . . . .	57
Lamm-Lachse mit Couscous und Speck-Bohnen . . . . .	57
Lamm-Lachse mit Feta-Bohnen . . . . .	58
Lamm-Lachse mit Paprika-Gemüse, Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	58
Lamm-Lachse mit Pilz-Risotto und Kirsch-Tomaten . . . . .	59
Lamm-Lachse mit Speck-Kroketten und Sellerie . . . . .	60
Lamm-Lachse mit Taboulé und Joghurt-Minz-Soße . . . . .	61
Lamm-Lachse, Kartoffel-Gratin, Frühling-Gemüse . . . . .	61
Lamm-Lachse, Kartoffel-Sellerie-Stampf, Schalotten . . . . .	62
Lamm-Mignon mit Waldpilzen, Tagliatelle, Rahm-Soße . . . . .	62
Lamm-Rücken aus dem Heu, Rosmarin-Soße, Röstkartoffeln . . . . .	63
Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel mit Karotten . . . . .	63
Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel . . . . .	64
Lamm-Rücken mit glasierten Süßkartoffeln und Rotwein-Soße . . . . .	65
Lamm-Rücken mit Rotwein-Ketchup und Bulgur-Salat . . . . .	66
Lamm-Rücken mit Rotwein-Soße und Zucchini-Reibekuchen . . . . .	67
Lamm-Rücken, Minz-Soße, Kartoffel-Püree, Zucker-Schote . . . . .	67
Lamm-Rücken-Filet mit Pfannkuchen und Hülsenfrüchten . . . . .	68

Lamm-Streifen in Honig-Crème-fraîche mit Rösti . . . . .	69
Mediterranes Lamm-Filet an Rotwein-Jus, Kartoffel-Gratin . . . . .	69
Provenzalisches Lamm-Filet mit Polenta-Talern . . . . .	70
Rosa gebratene Lamm-Rücken-Würfel mit Bohnen und Minze . . . . .	71
Rotwein-Radicchio-Risotto mit Lamm-Lachs . . . . .	72
Saltimbocca vom Lamm-Lachs, Madeira-Soße, Salzkartoffeln . . . . .	72
Sautierte Lamm-Lachse mit Mandel-Minz-Reis, Honig-Feigen . . . . .	73
Spinat-Ziegenkäse-Risotto mit Lamm-Karree . . . . .	74
Türkischer Reis mit Lamm-Koteletts, Tomaten-Salsa . . . . .	75
Ummantelte Lamm-Filets mit Kürbis-Pasta-Türmchen . . . . .	76
Waldpilz-Risotto mit Lamm-Filet und Rosmarin-Holunder-Jus . . . . .	77
Ziegenkäse-Risotto mit Lamm-Filets im Thymian-Brot-Mantel . . . . .	78

**Index** **79**

# Bauern-Lamnbraten mit Gemüse und Polenta

## Für 2 Personen

4 Nüsschen aus der Lammkeule	300 g Polenta, gelb	100 g Buchweizenmehl, grob
100 g Rosenkohl	5 Cherrytomaten	1 Karotte
2 Knoblauchzehen	60 g Butter	250 ml Rinderfond
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 Muskatnuss
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Knoblauch abziehen und pressen. Die Lammnüsschen waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und der Hälfte des Knoblauchs würzen. Das Fleisch in Olivenöl kurz von allen Seiten anbraten und anschließend für 20 Minuten im Backofen rosa garen. Die Polenta und den Buchweizen in jeweils einem Topf mit jeweils der doppelten Menge Wasser bei schwacher Hitze einkochen lassen. Beides mit etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatabrieb würzen. Die Thymianblätter und die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Den Bratensatz mit dem Rinderfond ablöschen. Anschließend mit dem übrigen Knoblauch, dem gehackten Rosmarin und Thymian würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze etwa zehn Minuten köcheln lassen und abschließend durch ein Sieb passieren und nochmals reduzieren. Die Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten vom Strunk befreien und vierteln. Den Rosenkohl halbieren und mit den Tomaten und der Karotte in 30 Gramm Butter andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Polenta und die Buchweizenmasse abwechselnd schichtweise in eine längliche Kuchenform schichten und abkühlen lassen. Anschließend das Ganze stürzen und in Scheiben schneiden. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Scheiben kurz anbraten. Die Nüsschen aus dem Backofen nehmen und in Alufolie ruhen lassen. Die Lammnüsschen mit den Polentascheiben auf Tellern anrichten und mit der Soße und den übrigen Kräutern garnieren.

Werner Stary am 06. April 2010

## Erdbeer-Risotto mit Lamm-Filet

### Für 2 Personen

300 g Lammfilet	150 g Arborioreis	200 g Erdbeeren
1 Zucchini	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
2 EL Balsamico-Essig	2 EL englische Würzsoße	1 EL Ahornsirup
30 g Butter	1 l Geflügelfond	30 ml trockener Weißwein
2 EL Parmesankäse	125 g Mascarpone	0,5 Bund Minze
2 EL rosa Pfefferkörner	1 TL grüne Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
Wacholderbeeren	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schalotte abziehen und kleinschneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Schalotten darin andünsten und anschließend den Reis im Topf glasig anbraten. Die Knoblauchzehe abziehen, klein hacken und zusammen mit dem Lorbeerblatt und ein paar Wacholderbeeren dazu geben. Durch erneutes Aufgießen des Geflügelfonds und des Weißweins etwa 15 Minuten bissfest garen. Das Lorbeerblatt und die Wacholderbeeren nun wieder entfernen. 100 Gramm Erdbeeren vom Grün befreien, in kleine Stücke schneiden und etwa zwei Minuten vor Ende der Garzeit zugeben. Den Parmesankäse reiben und unter das Risotto heben. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und pfeffern. Etwas Olivenöl und 20 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und die Lammfilets darin scharf anbraten. Anschließend in Alufolie wickeln und im Backofen warm stellen. Die übrigen Erdbeeren ebenfalls vom Grün befreien, zwei Erdbeeren beiseite legen und den Rest pürieren. Die Minzblätter abzupfen, ein paar beiseite legen und den Rest klein hacken. Den Balsamico-Essig in einer Pfanne einkochen und mit Würzsoße abschmecken. Anschließend die grünen Pfefferkörner im Mörser zerstampfen und zusammen mit der gehackten Minze, zehn Gramm Butter und dem Ahornsirup unterrühren. Abschließend die Mascarpone unter das Risotto rühren. Die Zucchini von den Enden befreien und in Streifen schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinistreifen darin kurz von beiden Seiten anbraten. Das Lammfleisch aus dem Backofen nehmen und in schräge Stücke schneiden. Das Risotto mit dem Lammfilet und den Zucchinistreifen auf Tellern anrichten und mit den übrigen Erdbeeren, mit den rosa Pfefferkörnern und der Minze garnieren.

Claudia Schuss am 19. Mai 2010



## Feta-Bällchen mit gerösteter Paprika und Lamm-Keule

### Für 2 Personen

2 Lammkeulen, a 200 g	300 g Weißbrot, vom Vortag	300 g Pecorino
100 g Feta	500 ml Milch, 3,5	2 Eier
250 ml Sahne	200 g Crème-fraîche	1 Paprika, rot
1 Paprika, grün	1 Salatgurke, klein	2 Zehen Knoblauch
1 Schalotte	200 ml Wermut	200 g Pistazien
3 Zweige Oregano	0,5 Bund Basilikum	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Lavendel	1 L Sonnenblumenöl
150 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Rinde vom Weißbrot entfernen und das Brot zehn Minuten in der Milch einweichen. Anschließend das Brot ausdrücken und sehr fein zerpflücken. Die Oreganoblätter abzupfen und fein hacken. Den Pecorino reiben. Das Brot, die Oreganoblätter, die Eier und den Pecorino zu einem Teig kneten, mit Pfeffer und Salz würzen und die Käsemasse kühl stellen. Die Gurke schälen und klein würfeln. Eine Knoblauchzehe und die Schalotten abziehen und klein hacken. Die Pistazien klein hacken. Die Sahne aufschlagen und die Crème-fraîche, die Gurke, den Knoblauch, die Zwiebeln und die Pistazien dazugeben. Das Ganze mit dem Wermut, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Sonnenblumenöl in einem Topf erhitzen. Sechs Basilikumblätter abzupfen. Aus der Käsemasse sechs Bällchen formen, jeweils ein Stück Fetakäse mit einem Basilikumblatt in ein Bällchen hineindrücken, in den Topf geben und frittieren. Die Lammkeule von Fett und Sehnen befreien, waschen und trocken tupfen. Den restlichen Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und in das Fleisch spicken. Die Rosmarin- und Thymianblätter abzupfen, klein schneiden und mit dem Olivenöl mischen. Das Fleisch in der Marinade wenden und ziehen lassen. Anschließend das Fleisch aus der Marinade nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl der Marinade in einer Pfanne erhitzen, die Lammkeule hineinlegen und von beiden Seiten anbraten. Die Lammkeule aus der Pfanne nehmen und mit den Lavendelzweigen in Alufolie wickeln und für 10 Minuten im Ofen garen. Die Paprika ebenfalls in den Ofen legen und warten, bis die Haut schwarz wird. Anschließend enthäuten, vierteln und auf Tellern als Blume anrichten. Die Lammkeule aus dem Ofen nehmen, aus der Alufolie wickeln, und mitsamt der Paprika auf den Tellern anrichten und mit den Käsebällchen garnieren.

Anne-Cathrin Köhler am 12. Oktober 2009

## Gefüllte Lamm-Lachse mit Mittelmeer-Gemüse

### Für 2 Personen

2 Lammlachse a 150 g	200 g Schafskäse, weich	3 Zehen Knoblauch
1 Orange, unbehandelt	1 Baguette, klein	1 Fleischtomate
1 Rispe Kirschtomaten	1 Scheibe Toastbrot	200 ml Lammfond
250 ml saure Sahne	5 Zweige Thymian	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und mit einem Wetzstahl ein gleichmäßiges Loch hineindrehen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Strunk der Fleischtomate entfernen und anschließend fein hacken. Den Schafskäse klein schneiden. Die Thymianblätter von vier Zweigen abzupfen und ebenfalls klein hacken. Das Toastbrot zu Krümel zupfen. Den Knoblauch, die Tomaten, die Thymianblätter, Salz, Pfeffer, Sahne und die Weißbrotkrümel so vermengen, dass eine glatte Füllung entsteht. Anschließend die Lammlachse mit dieser Masse füllen und mit Zahnstochern verschließen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lamm darin anbraten, bis es goldbraun ist. Anschließend auf ein Backblech geben und im Backofen fertig garen. Den Bratsatz des Lammes mit dem Bratenfond zu einer Soße einkochen lassen. Die Kirschtomaten vom Strunk befreien. Die Orangenschale abreiben. Die Kirschtomaten mit der Orangenschale, dem übrigen Thymianzweig, Salz, Pfeffer in eine Pfanne geben und mit Olivenöl anschwitzen. Das Baguette in Scheiben schneiden und bei mittlerer Hitze in etwas Olivenöl kross braten. Die Lammlachse mit der Soße und den Kirschtomaten auf Tellern anrichten und mit dem Baguette servieren.

Paul Leuschner am 26. November 2009

## Gefülltes Lamm-Kotelett mit Kartoffel-Ecken, Thai-Bohnen

### Für 2 Personen

500 g Lammkarree	200 g mageren Speck	100 g Hackfleisch
250 g Kartoffeln	200 g Thaibohnen	4 Zweige Rosmarin
4 Zehen Knoblauch	125 ml Rotwein	125 ml geschlagene Sahne
500 ml Gemüsefond	Butterschmalz	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammkotelett mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einem scharfen Messer eine kleine Tasche schneiden. Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Tasche damit füllen. Die Schnittstelle mit dem Speck umwickeln. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden und mit dem Rosmarin zum Kotelett geben. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend in einer Auflaufform bei 100 Grad in den Ofen stellen. Eine Pfanne erhitzen und den Ansatz mit Rotwein und 125 ml Gemüsefond lösen, mit Salz und Pfeffer würzen und die geschlagene Sahne unterheben. Die Thaibohnen waschen und säubern. Einen Topf mit dem restlichen Gemüsefond auffüllen und die Bohnen darin kochen lassen. Für die Kartoffelecken die Kartoffeln waschen und säubern. Anschließend in Viertel schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen und goldbraun anbraten. Mit Rosmarin, Salz, Pfeffer und etwas geriebener Muskatnuss würzen und auf dem Teller servieren.

Günther Schmauder am 28. September 2011

## Glaciertes Lamm-Filet, Zitronen-Thymian-Püree

### Für 2 Personen

2 Lammfilets, a 200 g	300 g mehligk. Kartoffeln	250 g feine, grüne Bohnen
4 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	1 Knolle Ingwer, klein
1 Zitrone	1 TL getrocknete Lavendelblüten	1 Prise Lavendelsalz
3 TL Zucker	1 Zweig Thymian	100 ml fettarme Milch
1 EL Sherry	2 EL Sojasauce	50 ml Sonnenblumenöl
1 EL Balsamico-Essig	1 EL süße Chilisauc	100 g Butter
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Von Haut und Sehnen befreien. Den Sherry mit einem Esslöffel Sojasauce, etwas Zucker und den Lavendelblüten verrühren. Das Lammfilet darin marinieren. Die Kartoffeln schälen, achteln und in einem Topf mit Dampfentsatz weich garen. Die Bohnen in Salzwasser bissfest garen. Anschließend der Länge nach halbieren. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Ingwer schälen, eine Scheibe abschneiden und fein hacken. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und den Knoblauch, die Schalotten und den Ingwer darin anbraten. Mit der restlichen Sojasauce, Balsamico-Essig und der Chilisauc würzen. Die Bohnen in die Sauce geben. Die Milch erhitzen und aufschäumen. Die Kartoffeln stampfen. Die Butter zu der Milch geben. Den Thymian zupfen. Die Schale der Zitrone reiben. Beides zu der Milch geben. Die Milch zu den Kartoffeln geben und gut vermengen. Das Lamm aus dem Ofen nehmen, mit etwas Lavendelsalz bestreuen und auf Tellern anrichten. Die Bohnen mit der Sauce und dem Püree ebenfalls auf die Teller geben und servieren.

Andrea Russo am 08. Juni 2011

## Lamm-Carée mit Pesto-Kruste und Kartoffel-Sellerie-Püree

### Für 2 Personen

2 Lammkarrees, 3 Rippen	250 g Kartoffeln	350 g Knollensellerie
50 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	1/2 Bund frischer Thymian
1 Bund Basilikum	50 g Pinienkerne	1 Muskatnuss
1 EL g Butterschmalz	150 g kalte Butter	1 EL Senf
3 Scheiben Weißbrot	50 ml Milch	50 ml Schlagsahne
200 ml Lammfond	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Weißbrot zerbröseln und mit dem Senf, dem Basilikum, den Pinienkernen, dem Knoblauch, geriebenem Parmesan und der kalten Butter zu einer Pestomasse vermengen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch von Sehnen und Fett befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten anbraten. Die Pestomasse in Scheiben schneiden und die Lammkarrees mit jeweils einer Scheibe belegen. Anschließend das Fleisch für etwa zehn Minuten in den vorgeheizten Backofen geben und weitere acht Minuten außerhalb des Backofens ziehen lassen. Den Bratensatz mit dem Lammfond aufgießen, mit etwas Thymian abschmecken und einköcheln lassen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und großzügig salzen. Den Sellerie und die Kartoffeln schälen und waschen, grob würfeln und in dem Salzwasser gar kochen. Anschließend die Milch und die Sahne in einem Topf erhitzen und die garen Kartoffeln sowie den garen Sellerie durch eine Kartoffelpresse in die Sahne-Milch Mischung geben. Das Kartoffel-Sellerie-Püree gut durchrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss abschmecken. Das Lammkarree mit Pestokruste und Kartoffel-Sellerie-Püree auf einem Teller anrichten, mit der Sauce beträufeln und servieren.

Boris Schleicher am 26. Oktober 2011

## Lamm-Curry mit Roggen-Brötchen

### Für 2 Personen

250 g Lammfleisch	1 Zwiebel, rot	1 Knoblauchzehe
1 Frühlingszwiebel	250 g Roggenmehl	2 TL Backpulver
1 EL Currypulver, mild	250g Speisequark, 20%	2 Eier
2 EL Milch, 3,5	50 ml Lammfond	2 EL Erdnussöl
1 EL Waldhonig	Butter	Zimt
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Für die Brötchen das Roggenmehl mit dem Backpulver vermengen. Den Quark und die Eier unterkneten und mit Salz und Zimt würzen. Ein Backblech mit Butter einfetten. Aus dem Teig kleine Kugeln formen und auf das Backblech geben. Anschließend mit etwas Milch bepinseln und im Ofen 20 Minuten backen. Das Lammfleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Die Chili-Schote halbieren und eine Hälfte klein hacken. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und grob hacken. Die Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Das Erdnussöl in einer großen Pfanne stark erhitzen und die Lammwürfel darin sechs Minuten kräftig anbraten. Anschließend die Knoblauch-, Zwiebel- und Chilistücke hinzugeben und alles mit dem Currypulver und etwas Zimt bestäuben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles nochmal kurz anrösten. Dann den Honig und den Fond hinzugießen und garen, bis nur noch wenig Flüssigkeit übrig ist. Die Frühlingszwiebelringe unterheben. Abschließend das Lammcurry auf einem Teller zusammen mit den warmen Roggenbrötchen anrichten und servieren.

Christin Ballenberger am 31. März 2011

## Lamm-Curry mit Spinat

### Für 2 Personen

200 g Lammlende	150 g Basmatireis	1 kleines Bananenblatt
400 g Blattspinat	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
50 g Ingwer	4 EL Butterschmalz	20 ml Sahnejoghurt
1 TL Chilipulver	1 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 TL gemahlener Koriander
1 TL Kreuzkümmel	1 TL Kurkumapulver	1 TL Bockshornklee
Cayennepfeffer	Salz	

Den Basmatireis mit Salzwasser bissfest garen. Die Stiele vom Spinat entfernen, waschen und trocken schleudern. Anschließend den Spinat in eine Schüssel kurz mit heißem Wasser übergießen und mit Eiswasser abschrecken. Das Lammfleisch waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen, würfeln und im Butterschmalz im Wok andünsten. Den Ingwer schälen und klein schneiden. Anschließend das Fleisch und den Ingwer zu den Zwiebeln geben, alles anbraten, mit 300 Millilitern Wasser ablöschen und etwa 20 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen. Anschließend den Spinat hinzugeben, erneut etwa zehn Minuten garen und mit den Gewürzen abschmecken. Das Curry mit dem Basmatireis in dem Bananenblatt auf Tellern anrichten und mit dem Joghurt servieren.

Jennifer Hennigs-Töpfer am 06. Oktober 2011

## Lamm-Filet auf einem Kartoffel-Gemüse-Bett

### Für 2 Personen

250 g Lammfilet	1 Kartoffel, fest	1 Tomate
1 Zucchini	1 Zweig Rosmarin	3 Zweige Thymian
100 ml Gemüsefond	250 ml Geflügelfond	1 Zehe Knoblauch
2 EL Sahne	Butter	Pfeffer, schwarz
Salz		

Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Anschließend in Butter von allen Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und beiseite stellen. Die Kartoffel und die Zucchini schälen und in Scheiben schneiden. Die Tomate ebenfalls in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Gemüsescheiben darin andünsten. Die Kartoffel zuerst in die Pfanne geben. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit dem Rosmarin und dem Thymian mit in die Pfanne geben. Die Kartoffel- und Gemüsescheiben mit dem Geflügelfond ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Gemüsefond aufkochen und die Sahne zugeben. Das Ganze köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lammfilet aus der Alufolie nehmen, in Scheiben schneiden und auf dem Kartoffel-Gemüse-Bett anrichten.

Said Bourecham am 04. März 2010

## Lamm-Filet auf Lauch-Aprikosen-Gemüse und Couscous

### Für 2 Personen

4 Lammfilets a 50 g	125 g Couscous	2 Stangen Porree
2 unbehandelte Orangen	120 g getr. Softaprikosen	50 g gestiftete Mandeln
60 g Butter	100 ml Lammfond	250 ml Gemüsefond
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen. Die Butter würfeln und einfrieren. Den Porree putzen, von den Enden befreien und in etwa 5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Aprikosen und die Orangen. Drei der Orangenhälften auspressen und den Saft auffangen. Die restliche Orangenhälfte in Streifen schneiden und zur Garnitur beiseitelegen. Eine Pfanne erhitzen, darin die Mandeln goldbraun rösten. Den Gemüsefond zum Kochen bringen. Den Couscous einrühren, vom Herd nehmen und quellen lassen. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und darin die Lammfilets etwa drei bis vier Minuten rundherum braten. Die Lammfilets im Backofen warm halten. Den Lauch und die Aprikosen im Bratfett andünsten und mit dem Lammfond und dem Orangensaft ablöschen. Anschließend die Mandeln hinzugeben und alles zugedeckt etwa fünf Minuten schmoren. Die Butterwürfel nacheinander in das Lauch-Aprikosengemüse rühren. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammfilets mit dem Lauch-Aprikosengemüse und dem Couscous auf Tellern anrichten, mit den Orangenstücken garnieren und servieren.

Kathrin Schäfer am 11. Mai 2011

# Lamm-Filet in Honig-Senf-Jus mit Salz-Krusten-Kartoffeln

## Für 2 Personen

400 g Lammfilet	400 g kleine, festk. Kartoffeln	1 rote Paprika
2 rote große Peperoni	6 Knoblauchzehen	1 unbehandelte Zitrone
200 g Crème-fraîche	500 ml Gemüsesfond	4 EL Akazienhonig
3 EL weißer Balsamico	1 TL Tomatenmark	4 TL mittelscharfer Senf
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 Bund Koriander	1 Bund Thymian
1 Bund krause Petersilie	Olivenöl	100 g Meersalz, lose
Pfeffer, schwarz		

Die Kartoffeln waschen und mit Schale etwa 18 Minuten in Salzwasser nahezu gar kochen, dabei nur so viel Wasser verwenden, dass die Kartoffeln knapp bedeckt sind. Den Knoblauch abziehen. Die Petersilie, den Koriander und den Thymian abzupfen. Die Peperoni der Länge nach halbieren und entkernen. Die Paprika enthäuten und in Stücke schneiden. Für die grüne Mojo-Soße die Petersilie, den Thymian und den Koriander zusammen mit einem guten Schuss Olivenöl und drei Knoblauchzehen in einen Mixer geben und mit etwas Salz, Pfeffer und einem kleinen Schuss vom weißen Balsamico so lange pürieren, bis eine gleichmäßig grüne Soße entstanden ist. Für die rote Mojo-Soße die Paprika mit den Peperoni in einen Mixer geben. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Olivenöl, etwas Salz und Pfeffer sowie einen Schuss Zitronensaft hinzugeben. Zusammen mit zwei Knoblauchzehen, dem Tomatenmark und einem Teelöffel Kreuzkümmel pürieren. Für den Honig-Senf-Jus zunächst die Crème-fraîche in einem heißen Topf kurz schmelzen lassen, danach den Senf einrühren und mit dem Honig süßen. Danach mit dem Gemüsesfond verrühren, bis eine glänzende, cremige Soße entstanden ist. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Die übrige Knoblauchzehe klein hacken. Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und darin die Lammfilets mit dem Knoblauch kurz von beiden Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen. Wenn die Kartoffeln fast gar sind, das Wasser abgießen und den Topf mit den Kartoffeln zurück auf die heiße Herdplatte stellen. Den Topf immer wieder schwenken, damit das restliche Wasser verdunstet. Anschließend das Meersalz hinzugeben. Die Lammfilets mit den Kartoffeln und den beiden Mojo-Soßen auf Tellern anrichten und mit dem übrigen Koriander garnieren.

Christian Hansen am 04. Oktober 2010

# Lamm-Filet in Rotwein-Soße, Kartoffel-Scheiben, Bohnen

## Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	4 festk. Kartoffeln, klein	250 g grüne Bohnen
8 Kirschtomaten	2 Zwiebeln, mittelgroß	4 Knoblauchzehen
Butter	1 TL Tomatenmark	250 ml halbtrockener Rotwein
100 ml Wildfond	Olivenöl	0,5 Bund krause Petersilie
2 EL Paniermehl	italienische Gewürzmischung	süßes Paprikapulver
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden, so dass die Unterseiten noch zusammenhängen. Die Kartoffelscheiben mit Salz und Paprika würzen. Etwas Butter in einer Pfanne zerlassen und über die Kartoffeln gießen. Anschließend die Kartoffeln in den Ofen geben und garen lassen. Zwischendurch immer wieder mit der heruntergelaufenen Butter bestreichen. Die Bohnen putzen, von den Enden befreien und in Salzwasser bissfest kochen. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Zwiebeln und zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Petersilie ebenfalls klein schneiden. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Etwas Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten anbraten. Die Zwiebeln und den Knoblauch hinzugeben und das Ganze mit Salz, Pfeffer Paprikapulver und der italienischen Gewürzmischung abschmecken. Anschließend das Lammfilet aus der Pfanne nehmen, in den Ofen geben und nochmals etwa fünf Minuten backen. Das Tomatenmark und den Rotwein in die Pfanne mit den Zwiebeln und dem Knoblauch geben. Das Ganze aufkochen lassen und den Wildfond hinzugießen. Die Kirschtomaten vierteln und ebenfalls dazugeben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen, klein hacken und zusammen mit dem Paniermehl und der fein gehackten Petersilie in die Pfanne geben. Unter Rühren etwa zwei Minuten braten, drei Esslöffel Butter zufügen, schmelzen lassen und die Bohnen ebenfalls hinzugeben. Das Ganze gut vermengen, das Fleisch in die Soße geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammfilets mit der Rotweinsauce, den Kartoffelscheiben und den Bohnen auf Tellern anrichten und servieren.

Myriam Bohn am 16. März 2011



## Lamm-Filet mit Apfel-Minz-Soße und grünem Spargel

### Für 2 Personen

300 g Lammlachsfilet	200 g Spargel, grün	2 Äpfel, Elstar, grün
1 Limette, unbehandelt	2 Zehen Knoblauch	40 ml Weißweinessig
10 g Butter	1 EL Honig	0,5 TL Koriandersamen, gemahlen
0,5 TL Chiliflocken, mild	0,5 Bund Minze	2 EL Olivenöl
Cayennepfeffer	Meersalz	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Äpfel entkernen, die Minze abzupfen und mit dem Essig und Honig im Mixer grob hacken. Die Masse teilen und die Hälfte mit dem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb streichen. Einen Esslöffel Olivenöl, die Chiliflocken, Koriander, Meersalz und Pfeffer in einer Schüssel vermischen. Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in der Gewürzmasse marinieren. In einer Grillpfanne beidseitig drei Minuten lang in dem restlichen Olivenöl anbraten und mit Pfeffer würzen. Anschließend kurz im Ofen warmstellen. Den Spargel von den Enden befreien. Die Knoblauchzehen abziehen und halbieren. Die Butter erhitzen und den Spargel mit dem Knoblauch in die Pfanne geben. Den Spargel fünf Minuten garen. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft hinzugeben. Die Knoblauchzehen herausnehmen und das Ganze weitere vier Minuten bissfest garen. Anschließend mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Das Lammfilet aufschneiden und mitsamt dem Spargel und der Apfel-Minz-Soße auf Tellern anrichten. Die Soße anschließend über die Teller träufeln.

Evelyn Eisenhauer am 15. Oktober 2009

## Lamm-Filet mit Auberginen-Törtchen

### Für 2 Personen

300 g Lammfilet	0,5 Ciabatta	1 Aubergine, groß, dick
200 g Pizzatomaten, Dose	1 Zwiebel	3 EL Semmelbrösel
1 TL Tomatenmark	0,5 Bund Basilikum	100 g Mozzarella
50 g Parmesan	30 g Butter	2 EL Rinderfond
Olivenöl	Pfeffer, schwarz	Meersalz

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Aubergine von den Enden befreien, in Scheiben schneiden, salzen und fünf Minuten liegen lassen. Anschließend mit Küchenkrepp abtrocknen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Auberginenscheiben von beiden Seiten anbraten. Anschließend die Auberginen auf einem Küchenkrepp abtropfen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und kurz anbraten. Die Tomaten und den Rinderfond hinzugeben und mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und dem Tomatenmark abschmecken und das Ganze aufkochen lassen. Basilikum zupfen und fein hacken. Den mozzarella in Scheiben schneiden. Die Auberginenscheiben auf ein Blech legen, mit der Tomatensoße bestreichen und dem Basilikum bestreuen. Die mozzarellascheiben oben drauf legen. Das Ganze mit dem Parmesan, den Semmelbröseln und Butterflocken bestreuen im Ofen überbacken. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Eine weitere Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und das Lammfilet kurz in der Grillpfanne von beiden Seiten anbraten und anschließend zum Nachgaren in den Backofen geben. Ein paar Scheiben vom Ciabatta schneiden und weitere Blätter vom Basilikum zupfen. Das Lammfilet mit den Auberginentörtchen auf Tellern anrichten, mit Basilikum garnieren und mit dem Ciabatta servieren.

Karin Both am 21. Januar 2010

## Lamm-Filet mit Bohnen im Brick-Teig

### Für 2 Personen

450 g Lammfilet	100 g Putenbrust	4 festk. Kartoffeln
4 Blätter Brickteig	1 Zucchini	200 g grüne Bohnen, Dose
100 g Butter	2 EL Speisestärke	300 ml Milch
100 ml Schlagsahne	100 ml Lammfond	1 Bund Basilikum
1 Muskatnuss	1 Zimtstange	50 ml trockenen Rotwein
100 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Putenbrust waschen, trocken tupfen, klein schneiden und in einem Zerkleinerer pürieren. Die Schlagsahne dabei nach und nach zugeben und mit Salz würzen. Die Farce dünn auf die Brickteigblätter streichen. Die Bohnen auf die Farce legen. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und in den Brickteig einwickeln. Die Rolle in einer Pfanne mit heißem Olivenöl von allen Seiten anbraten und anschließend für etwa vier Minuten im Backofen garen. Die Kartoffeln schälen und in einem großen Topf mit Salzwasser gar kochen, abgießen und in einem anderen Topf zusammen mit der Milch und der Butter stampfen. Die Muskatnuss reiben und mit etwas Salz zum Püree geben. Von der Zucchini mit einem Sparschäler feine Streifen abziehen und diese kurz in einer Pfanne mit etwas heißem Olivenöl anbraten. Den Lammfond zusammen mit dem Rotwein aufkochen, mit etwas Speisestärke abbinden und die Zimtstange zugeben. Das Ganze reduzieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Blätter vom Basilikum zupfen und fein hacken. Die Lammrolle in Stücke schneiden und zusammen mit dem Kartoffelstampf auf Tellern anrichten, die Soße darüber geben und mit den Zucchiniestreifen und dem Basilikum garnieren.

Frank Meyer am 07. Oktober 2010

## Lamm-Filet mit Bratkartoffeln und Käse-Soße

### Für 2 Personen

2 Lammfilets, a 180 g	8 kleine, vorw. feste Kartoffeln	8 Wirsingblätter
2 Knoblauchzehen	50 g Schafskäse	80 g Butter
100 ml Schlagsahne	5 EL Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser kochen. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und parieren. Olivenöl mit der Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Lammfilets von allen Seiten anbraten und im Backofen garziehen lassen. Die Wirsingblätter vom Strunk befreien, ebenfalls in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, danach im Eiswasser abschrecken und im Küchenpapier abtropfen lassen. 20 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Wirsingblätter schwenken. Die Kartoffeln abgießen, in Scheiben schneiden, in der übrigen Butter braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schafskäse in Stücke schneiden. Den Knoblauch abziehen und mit der Schlagsahne und dem Knoblauch in einem Topf vorsichtig erwärmen, nicht aufkochen lassen. Anschließend mit einem Stabmixer pürieren und etwa drei Esslöffel Olivenöl untermengen. Das Ganze nochmals erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammfilets mit dem Wirsing und den Bratkartoffeln auf Tellern anrichten und mit der Käsesauce garnieren.

Oliver Baumann am 26. September 2011

## Lamm-Filet mit Couscous und kalter Minz-Soße

### Für 2 Personen

4 Lammfilets a 80 g	200 g Couscous	1 Knoblauchknolle
1 unbehandelte Orange	3 getrocknete Aprikosen	5 getrocknete Datteln
10 geschälte, ganze Mandeln	150 g Naturjoghurt	10 g Butter
1 unbehandelte Limette	1 TL flüssiger Honig	1 Bund Rosmarin
1 Bund Minze	1 TL Harissa	2 Kardamonkapseln
1 Zimtstange	50 g Ingwer	1 Vanilleschote
Olivensöl	Salz	Pfeffermischung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Ingwer schälen und kleinschneiden. Die Vanilleschote halbieren. Die Kardamonkapseln, die Zimtstange, den Ingwer und eine halbe Vanilleschote im Mörser zerstoßen. Anschließend die Gewürze in einen Teefilter füllen, mit vier Tassen Wasser aufkochen und etwas ziehen lassen. Die Mandeln in Stücke schneiden. Die Aprikosen und Datteln kleinschneiden. Die Lammlenden waschen und trocken tupfen. Die Knoblauchknolle halbieren. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Lammlenden mit dem Knoblauch und zwei Rosmarinzweigen anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Ganze im Backofen fertig garen. Die Limette halbieren und etwa einen Teelöffel Saft auspressen. Die Minzeblätter abzupfen, kleinschneiden und mit Salz, der Pfeffermischung, Honig und etwas Limettensaft unter den Joghurt heben. Die Orangenschale abreiben, anschließend halbieren und den Saft auspressen. Das Gewürzwasser erneut aufkochen, dann über das Couscous gießen und etwa zehn Minuten ausquellen lassen. Anschließend die Butter, die Aprikosen, die Datteln und die Mandeln dazugeben und das Ganze mit Salz, Harissa, Orangensaft- und abrieb abschmecken. Die Lammlenden mit dem Couscous auf Tellern anrichten und mit der Minzsoße garnieren.

Irmi Fischer am 06. Juli 2011

# Lamm-Filet mit grünem Spargel, Röstli und Zitronen-Schaum

## Für 2 Personen

400 g Lammfilet	250 g festk. Kartoffeln	200 g grüner Spargel
1 Zitrone, unbehandelt	1 EL Mehl	2 Eier
100 ml Schlagsahne	2 EL Butterschmalz	100 g Butter
2 Rosmarinzweige	1 Bund Estragon	4 EL Olivenöl
1 Prise Zucker	1 Muskatnuss	schwarzer Pfeffer
weißer Pfeffer	Meersalz	

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorwärmen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Anschließend das Lammfilet mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Die Kartoffeln schälen, grob reiben und anschließend in einem Küchentuch ausdrücken. Ein Ei aufschlagen und mit dem Mehl unter die Kartoffeln mischen. Etwas Muskatnuss reiben. Die Kartoffel-Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zu Röstis formen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und zwei Röstis von beiden Seiten goldgelb braten. Anschließend auf einem Küchentuch abtropfen. Währenddessen das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lammfilet mit den Rosmarinzweigen hinzugeben und beidseitig, bei mittlerer Hitze, zwei Minuten braten. Anschließend die Pfanne zudecken und im Backofen warm stellen. Die Schlagsahne steif schlagen. Den Estragon zupfen und mit der Hälfte der Butter in einer Pfanne zerlassen. Das Ganze anschließend abkühlen lassen. Das übrige Ei nehmen und das Eigelb vom Eiweiß trennen. Den Zitronensaft, drei Esslöffel Wasser und das Eigelb in einem warmen Wasserbad für drei Minuten cremig schlagen. Den Estragon von der Butter trennen. Anschließend die Butter und die Schlagsahne unter die Crème schlagen. Abschließend das Ganze mit Salz, weißem Pfeffer, einer Prise Zucker und Zitronensaft abschmecken. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, den grünen Spargel hinzugeben und kurz anbraten. Anschließend mit Salz würzen und eine Prise Zucker in dem Ganzen leicht karamellisieren lassen. Den Zitronenschaum auf einem vorgewärmten Teller verteilen, den grünen Spargel, die Röstis und die Lammfilets darauf anrichten und servieren.

Frederic Janz am 02. Juni 2010

## Lamm-Filet mit Kaffee-Chili-Kruste, Calvados-Soße

### Für 2 Personen

400 g Lammfilets	5 EL Espressopulver	1 EL Chiliflocken, scharf
250 g Kartoffeln, mehlig	250 g Rosenkohl	150 ml Calvados
200 ml Sahne	150 ml Kalbsfond	1 Zitrone, unbehandelt
80 g Butter, gefroren	20 g Butter	1 EL Butterschmalz
1 EL Mehl	2 EL Puderzucker	2 Lorbeerblätter
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser mit den Lorbeerblättern weich kochen. Den Rosenkohl kreuzweise einschneiden und in Salzwasser ungefähr 12 Minuten kochen lassen. Die Lammfilets in dem Butterschmalz rundum anbraten, bis sie eine leichte Kruste bekommen. Anschließend das Fleisch salzen und pfeffern, in einer Mischung aus Espressopulver und den Chiliflocken würzen und für circa 15 Minuten in den Backofen geben. Für die Soße den Puderzucker karamellisieren und anschließend mit dem Calvados und dem Kalbsfond ablöschen und aufkochen. Die Kartoffeln abgießen, stampfen und mit 20 Gramm Butter verrühren. Nun ebenfalls den Rosenkohl abgießen, vierteln und unter das Püree ziehen. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Die Soße abschließend mit der gefrorenen Butter binden und eventuell noch etwas Mehl einrühren, so dass die Soße sämig wird. Die Lammfilets mit dem Püree und der Soße auf Tellern anrichten.

Ingrid Reißner am 27. Januar 2010

## Lamm-Filet mit Knoblauch-Bohnen und Butter-Kartöffelchen

### Für 2 Personen

3 Lammfilets, a 70 g	300 g Kartoffeln	300 g grüne Bohnen
1 Schalotte	3 Knoblauchzehen	0,5 Bund Thymian
0,5 Bund Rosmarin	100 ml Crème-fraîche	100 ml Lammfond
150 ml trockener Rotwein	Butter	Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Meersalz	

Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und das Fett wegschneiden. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin gar kochen. Für die Marinade zwei Knoblauchzehen abziehen und klein schneiden. Den Knoblauch und ein paar Rosmarin und Thymianzweige mit dem Rotwein zusammengeben und die Lammfilets in der Marinade ziehen lassen. Die Bohnen putzen und die harten Enden abschneiden. Danach die Bohnen in kochendem Salzwasser drei Minuten lang blanchieren, abgießen und kurz in Eiswasser geben. Die Lammfilets mit etwas Öl in eine Pfanne geben. Die restliche Knoblauchzehe abziehen und halbieren, etwas Rosmarin zupfen und kleinhacken und beides mit in die Pfanne geben. Das Ganze fünf Minuten lang braten. Für die Soße den Rotwein der Marinade, den Lammfond, die Crème-fraîche und den Bratensatz der Lammfilets zusammengeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und kurz einkochen lassen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen. Die Kartoffeln abgießen und kurz in der Butter schwenken. Das gebratene Lammfilet mit den Knoblauchbohnen und den Butter-Kartöffelchen auf Tellern anrichten und servieren.

Regina Zinsmeister am 26. Januar 2011

## Lamm-Filet mit Kräuter-Kartoffeln und Senf-Soße

### Für 2 Personen

350 g Lammfilet	500 g kleine Kartoffeln, fest	1 rote Zwiebel
1 Schalotte	1 Zitrone	1 Knolle Ingwer
1 Knoblauchzehe	3 EL Weißweinessig	50 ml flüssiger Honig
1 TL Zucker	1 Bund Dill	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Oregano	1 Lorbeerblatt	1 TL Dijon-Senf
Olivenöl	Meersalz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Ingwer schälen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Zitronenscheiben, das Lorbeerblatt und den Ingwer zugeben. Die Kartoffeln waschen und mit der Schale in dem Wasser gar kochen. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in feine Ringe schneiden. Die Dill- und Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und würfeln. Aus zwei Esslöffeln Essig, einem Esslöffel Olivenöl, dem Zucker und etwas Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden, mit den Zwiebelringen, dem Dill und der Petersilie mischen und die Vinaigrette darüber geben. Das Fleisch waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit den Oreganozweigen belegen und mit dem Küchengarn festbinden. Anschließend mit etwas Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und für zehn Minuten im Backofen garen lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Schalotte mit der Knoblauchzehe anbraten. Anschließend mit dem restlichen Essig ablöschen, den Senf und den Honig einrühren und fünf Minuten köcheln lassen. Das Lamm mit den Kräuterkartoffeln und der Senfsoße auf Tellern anrichten und servieren.

Maria Ludwig am 25. Oktober 2010

## Lamm-Filet mit Kräuter-Kruste und Rosmarin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

2 Lammlachse	10 Kartoffeln	1 Scheibe Toastbrot
1 hartgekochtes Ei	125 g Kräuterfrischkäse	0,5 Bund glatte Petersilie
0,5 Bund Rosmarin	3 Zweige Thymian	100 g Butterschmalz
450 ml Schlagsahne	100 ml Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln in Salzwasser etwa drei Minuten kochen und anschließend abgießen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Medaillons schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten kurz anbraten. Die Kartoffeln zu dem Fleisch in die Pfanne geben. Den Rosmarin abzupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffeln und den Rosmarin dazu geben, kurz anbraten und anschließend mit in den Backofen geben bis sie goldbraun sind. Die Petersilie und den Thymian zupfen und fein hacken. Das Toastbrot in feine Würfel schneiden und mit dem Kräuterfrischkäse, den Kräutern, dem hartgekochten Ei und der Sahne zu einer glatten Masse verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Masse auf die Lammmedaillons streichen und im Backofen auf mittlerer Schiene etwa 25 Minuten backen bis die Kruste goldbraun ist. Das Fleisch und die Kartoffel aus dem Backofen nehmen. Das Lammfilet mit Kräuterkruste und den Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Markus Baatz am 21. Oktober 2010

## Lamm-Filet mit Kräuter-Tomaten-Kruste

### Für 2 Personen

200 g Lammfilet	3 mehligk. Kartoffeln	2 Scheiben Toastbrot
2 Knoblauchzehen	40 g Parmesan	100 g weiche Butter
150 ml Milch	1 EL Tomatenmark	300 g getrocknete Tomaten, in Öl
60 g Pinienkerne	2 Bund Basilikum	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Muskatnuss	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 250 Grad Grillfunktion vorheizen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, würfeln und im Salzwasser gar kochen. Für das Tomatenpesto den Knoblauch abziehen und die Basilikumblätter abzupfen. Anschließend die getrockneten Tomaten, bis auf drei Stück, gemeinsam mit den Pinienkernen, dem Basilikum, dem Knoblauch, dem Parmesan und 200 Millilitern Olivenöl pürrieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Toastbrot toasten, entrinden und fein würfeln. Die übrigen getrockneten Tomaten fein würfeln. Die Thymianblätter und die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. 50 Gramm Butter mit dem Tomatenmark schaumig rühren, mit den Tomatenwürfeln und den Brotbröseln mischen und mit den Kräuter würzen. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und von allen Seiten salzen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfann erhitzen und darin die Filets von jeder Seite etwa sechs Minuten braten. Anschließend in eine Auflaufform setzen, die Kruste auf den Lammfilets verteilen und im Backofen etwa vier Minuten gratinieren. Die Kartoffeln durch die Presse drücken, mit der Milch und der übrigen Butter vermengen und mit etwas Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.. Das Lammfilet mit dem Kartoffel-Püree auf Tellern anrichten und mit dem Tomatenpesto garnieren.

Sebastian Bauer am 05. August 2010

# Lamm-Filet mit Linsen- Meerrettich- Salat und Möhren

## Für 2 Personen

4 Lammfilets	150 g Beluga-Linsen	100 g frischer Meerrettich
1 gelber Paprika	1 roter Paprika	1 grüner Paprika
6 Fingermöhrrchen, mit Grün	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Zwiebel, klein
4 Vanilleschoten	Butter	2 EL Gemüse-Sahneerrettich
Marillen-Balsam-Essig	Olivenöl	125 ml Orangensaft
100 ml Lammfond	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
2 Zweige Liebstöckel	brauner Zucker	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Wasser und etwas Lammfond erhitzen. Etwas Butter und etwas braunen Zucker in einer Pfanne karamellisieren und anschließend mit dem Orangensaft ablöschen. Die Fingermöhrrchen putzen, hinzugeben und die Hitze reduzieren. Die Linsen mit dem Liebstöckel und Wasser aufsetzen. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Die Vanilleschoten am oberen Rand anritzen und die Filets jeweils mit einer Vanilleschote spicken. Anschließend die Vanille-Filets pfeffern. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Lamm darin anbraten. Die Thymian- und Rosmarinzweige hinzugeben. Anschließend das Lamm zum Warmhalten in den Ofen geben und die Pfanne mit dem Bratensud beiseite stellen. Aus braunem Zucker, Salz, Marillen-Balsam-Essig, Olivenöl und Gemüse-Sahneerrettich eine Vinaigrette herstellen. Den gelben, roten und grünen Paprika schälen, vom Kerngehäuse befreien und je ein Viertel in Würfel schneiden. Eine weitere Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Paprika kurz darin anbraten. Die Frühlingszwiebeln abziehen, von den Enden befreien und in feine Röllchen schneiden. Die Zwiebel ebenfalls abziehen und klein schneiden. Die Linsen abgießen und mit der Vinaigrette vermengen. Gegebenenfalls nachwürzen. In der Pfanne mit dem Bratensud nun noch einmal die Paprika, die Zwiebel und die Frühlingszwiebeln anbraten. Den frischen Meerrettich schälen und ein wenig davon reiben. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Lendchen aus dem Ofen nehmen, kurz in der Butter schwenken und die Vanilleschoten entfernen. Das Vanille-Lamm mit den lauwarmen Linsen-Meerrettich-Salat und den Orangen-Möhren auf Tellern anrichten, mit dem geriebenen Meerrettich garnieren und servieren.

Gisela Nießbeck am 31. Oktober 2011



## Lamm-Filet mit marokkanischem Couscous und Minz-Joghurt

### Für 2 Personen

400 g Lammfilet	200 g Couscous (instant)	200 g Kichererbsen
1 rote Zwiebel	1 rote Chilischote	1 Zitrone
2 Strauchtomaten	1 kleiner Hokkaido-Kürbis	1 Zucchini
1 Aubergine	1 gelbe Paprika	1 Bund glatte Petersilie
150 g Naturjoghurt	100 g Magerquark	30 g Rosinen
30 g Butter	200 ml Gemüsefond	1 EL Butterschmalz
2 Stiele Minze	gemahlener Kreuzkümmel	gemahlener Koriander
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Lammfilet darin von beiden Seiten kurz anbraten, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und in den vorgeheizten Ofen geben. Einen Topf mit Wasser aufsetzen, die Tomaten einritzen und ins kochende Wasser geben. Nach 30 Sekunden mit kaltem Wasser abschrecken, häuten und würfeln. Die Aubergine waschen und die Hälfte in Würfel schneiden, anschließend salzen. Den Kürbis entkernen und die Hälfte in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in einem Topf zusammen mit den gemahlenden Gewürzen andünsten. Die gesalzene Aubergine und den Kürbis dazugeben. Die Zucchini von den Enden befreien und die Hälfte in Würfel schneiden. Die Paprika schälen, entkernen, von Scheidewänden befreien und in Würfel schneiden. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und klein schneiden. Die Zucchini, die Chili und die Paprika zusammen mit den Kichererbsen und den gewürfelten Tomaten zum restlichen Gemüse geben. Anschließend mit dem Gemüsefond ablöschen und köcheln lassen. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend die Petersilie unterrühren. 200 Milliliter leicht gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, vom Herd nehmen, den Couscous einrühren und quellen lassen. Anschließend den Couscous mit Salz und Kreuzkümmel abschmecken. Die Rosinen unterheben und mit der Butter verfeinern. Die Zitrone abwaschen und die Schale abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Minzeblätter abzupfen und fein hacken. Den Joghurt mit dem Magerquark verrühren, mit gemahlenden Koriander, gemahlenden Kreuzkümmel, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Abschließend die gehackte Minze unterrühren. Das Lammfilet mit dem Couscous und dem Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Joghurtsauce und etwas Minze garnieren.

Björn Berg am 21. November 2011

# Lamm-Filet mit Portwein-Soße, Bohnen, Rosmarin-Kartoffeln

## Für 2 Personen

2 Lammfilet, a 125 g	3 Scheiben Rohschinken	250 g Kartoffeln, fest
200 g Bohnen	1 Bund Rosmarin	125 g Crème-fraîche
200 ml Portwein	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. In zwei Töpfen Wasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und auf ein Backblech legen. Die Kartoffeln mit dem Olivenöl und dem Salz würzen und mit dem Rosmarin bestreuen. Anschließend das Blech in den Backofen schieben und die Kartoffeln 30 Minuten garen lassen. Die Bohnen waschen und im Topf mit dem Wasser garen lassen. Anschließend die Böhnchen mit dem Schinken umwickeln und kurz in der Pfanne anbraten. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Anschließend das Fleisch pfeffern, salzen und in der Pfanne kurz anbraten. Die Lammfilets aus der Pfanne nehmen und im Backofen warmstellen. Für die Sauce die Crème-fraîche zum Braten-satz geben und aufkochen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und dem Portwein abschmecken. Die Lammfilets mit den Bohnen, den Rosmarinkartoffeln und der Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Eberhard Scholz am 20. Juni 2011

# Lamm-Filet mit Ras-el-Hanout-Reis und verschiedenen Mojos

## Für 2 Personen

4 Lammfilets a 50 g	250 g Reis	1 Zucchini
1 Salatgurke	1 gelbe Paprika	1 Zitrone
1 grüne Chilischote	4 rote Chilischoten	7 Knoblauchzehen
1 Bund Koriander	3 Bund Petersilie, glatt	2 Stängel Minze
1 Msp. Safran	2 Msp. Ras el Hanout	1 Msp. Kreuzkümmel
2 Msp. Kurkuma	2 Msp. Chiliflocken	1 Msp. Cayennepfeffer
3 EL Semmelbrösel	3 EL Paprikapulver, edelsüß	2 EL Butter
3 EL Honig	200 g Ayran	50 g Joghurt
750 ml Gemüsefond	4 EL Orangensaft	120 ml Weißweinessig
300 ml Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen und den Reis bissfest darin garen. Anschließend den Reis abgießen und in einer Pfanne zusammen mit der Butter, dem Ras el Hanout, der Petersilie, dem Safran, dem Kreuzkümmel, der Kurkuma, den Chiliflocken und Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zucchini und die Salatgurke schälen, würfeln und unter den Reis heben. Die Paprikaschote auf Backpapier für etwa zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben, bis die Haut Blasen wirft. Anschließend aus dem Ofen nehmen, die Paprika kurz abgedeckt ruhen lassen und die Haut abziehen. Drei Knoblauchzehen abziehen. Die grüne Chilischote waschen, entkernen und entstielen. Die Zitrone waschen, trocknen, etwas von der Schale abreiben und den Saft auspressen. Das Paprikafruchtfleisch zusammen mit dem Knoblauch, der Chili, etwas Zitronenschale, dem Orangensaft, zwei Esslöffeln Weißweinessig und 100 Millilitern Olivenöl pürieren. Anschließend die Semmelbrösel untermischen und das Püree mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Koriander und die Petersilie waschen, trocknen und grob hacken. Drei Knoblauchzehen abziehen. Zwei rote Chilischoten waschen, entkernen und entstielen. Die grob gehackten Kräuter zusammen mit 100 Millilitern Olivenöl, vier Esslöffeln Weißweinessig, dem Knoblauch und den Chilis pürieren. Anschließend den Honig und den gemahlten Kreuzkümmel hinzufügen und das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Knoblauchzehe abziehen und grob hacken. Zwei rote Chilischoten waschen, entkernen und entstielen. Anschließend alles mit 100 Millilitern Olivenöl, 50 Millilitern Weißweinessig, einem Esslöffel Honig, einem Teelöffel Paprikapulver und einem halben Esslöffel Kreuzkümmel pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Ayran und den Joghurt vermischen. Die Minze waschen, trocknen, fein hacken und zusammen mit etwas Salz, Pfeffer und zwei Esslöffeln Paprikapulver unter die Joghurtmasse geben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und in der Pfanne von allen Seiten kurz anbraten. Anschließend von der Herdplatte nehmen, die Pfanne zudecken und das Lammfilet beiseite stellen. Zum Anrichten tranchieren. Den Ras-el-Hanout-Reis mit dem Lammfilet und den verschiedenen Mojos auf einem Teller anrichten und servieren.

Frauke Rahlenbeck am 07. November 2011

## Lamm-Filet mit Rosmarin-Kartoffeln und Rotwein-Soße

### Für 2 Personen

500 g Lammfilet	300 g Kartoffeln, fest	1 rote Zwiebel
1 Scheibe Weißbrot	0,5 Bund Thymian	1 Bund Rosmarin
0,5 Bund Majoran	0,5 Bund Oregano	15 g Pinienkerne
100 g Butter	1 EL Senf	1 TL Tomatenmark
200 ml Rotwein, trocken	150 ml Schlagsahne	50 ml Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Thymian, einen halben Bund Rosmarin, den Majoran und die Pinienkerne klein hacken und mit dem Weißbrot und dem Senf zu einer Masse kneten. Gründlich mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lammfilet kurz von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend die Kräuter-Senf-Masse über das Filet streichen und im vorgeheizten Backofen für maximal 22 Minuten backen. Die rote Zwiebel abziehen, klein hacken und mit dem Tomatenmark in einer Pfanne anbraten. Den Rotwein und ein wenig Oregano hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. Anschließend zusammen mit einem halben Bund Rosmarin anbraten. Das Lammfilet mit der Kräuterkruste und den Rosmarinkartoffeln auf einem Teller anrichten, die Rotweinsauce darüber geben und servieren.

Tobias König am 12. Oktober 2011

## Lamm-Filet mit roten Linsen

### Für 2 Personen

400 g Lammfilet	4 Kartoffeln, klein	60 g rote Linsen
1 Bund Rauke	6 Stiele Thymian	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	300 ml Gemüsefond	5 EL Apfelsaft
1 TL Honig	30 g Butter	2 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Die roten Linsen in die Brühe geben und zwölf Minuten garen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Den Thymian zupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Thymian und das Fleisch darin anbraten. Anschließend das Fleisch fest in Alufolie einwickeln und im Backofen warm halten. Die Linsen abgießen, den Fond auffangen und diesen mit dem Apfelsaft vermischen. Den Knoblauch abziehen und in den Fond pressen. Alles in einer Pfanne aufkochen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Einen Esslöffel Zitronensaft und den Honig zu der Soße geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Linsen in die Soße geben. Die Rauke waschen, trocken schleudern und zu den Linsen geben. Die Kartoffeln abgießen und pellen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Kartoffel darin kurz schwenken. Das Lammfilet auf einem Teller anrichten und die Linsen und die Kartoffeln dazugeben.

Christoph Stöhr am 03. November 2010

# Lamm-Filet mit Süßkartoffel-Gnocchi und Kirsch-Soße

## Für 2 Personen

200 g Lammfilets	250 g Süßkartoffeln	200 g Süßkirschen
1 Zwiebel	50 g Ingwer	1 EL kalte Butter
2 EL Butterschmalz	150 g Kartoffelstärke	1 Ei
100 g Grieß	1 Muskatnuss	10 g Parmesan
100 ml Lammfond	100 ml trockener Rotwein	2 EL Kirschkonfitüre
0,5 Bund Rosmarin	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und im Salzwasser gar kochen. Den Ingwer schälen, die Zwiebel abziehen und die Kirschen entsteinen. Die Lammfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Drei Zweige vom Rosmarin abzupfen und zusammen mit dem Fleisch in einer Pfanne mit einem Esslöffel heißen Butterschmalz anbraten und anschließend für etwa 15 Minuten im Backofen weiter garen. Die Lammfilets kurz vor dem Servieren aufschneiden und abschließend in einer Pfanne mit heißer Butter anschwenken. Die Zwiebel fein würfeln und den Ingwer fein hacken. Beides im Bratensatz anbraten, mit dem Rotwein und dem Lammfond ablöschen und reduzieren lassen. Die Soße anschließend durch ein Sieb passieren, die Konfitüre unterrühren und alles pürieren. Die kalte Butter zur Bindung einrühren und die Kirschen hinzugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan reiben. Die Kartoffeln abgießen, pürieren und mit der Stärke, etwas Muskatnuss, dem Parmesan und dem Ei zu einem Teig kneten und anschließend mit Salz würzen. Mit Hilfe von zwei Teelöffeln kleine Gnocchi abstechen und diese in Gries wälzen. Anschließend in kochendem Wasser so lang garen, bis sie oben schwimmen. Die fertigen Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser schöpfen, das übrige Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin die Gnocchi kurz schwenken. Die Lammfilets zusammen mit den Gnocchi und der Kirschsoße auf Tellern anrichten und servieren.

Solveig Tetzlaff am 24. November 2010

# Lamm-Filet mit Shiitake und Wurzel-Walnuss-Stampf

## Für 2 Personen

350 g Lammfilet	100 g mehligk. Kartoffeln	150 g Topinambur
150 g Pastinake	50 g Shiitake	1 rote Zwiebel
1 Stange Lauch	1/2 Bund Thymian	1 Bund glatte Petersilie
1 Knoblauchzehe	10 g Butter, eiskalt	40 g Butter
100 ml Schlagsahne	2 EL Balsamicoessig	2 EL roten Portwein
20 ml Kokosöl	100 ml Wildfond	200 ml Milch
20 ml Sahne	100 ml Gemüsefond	Olivenöl
20 g gehackte Walnüsse	1 EL getrockneter Thymian	1 TL Koriandersamen
1 TL Pimentkörner	1 Muskatnuss	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Shiitake-Pilze mit einem Küchenkrepp gut abreiben. Die Stiele der Pilze entfernen und die Pilzkappen halbieren. Die Zwiebel abziehen und halbieren und in Scheiben schneiden. Die äußere Haut des Lauchs entfernen und den weißen Teil in dünnen Scheiben schneiden. Die Pimentkörner und die Koriandersamen in eine Gewürzmühle füllen. Die Rehfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und der Piment-Koriander-Mischung würzen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben und zehn Minuten ziehen lassen. Die Topinambur, die Kartoffeln und die Pastinake schälen und klein schneiden. Den Knoblauch abziehen und hacken. Die Milch und den Gemüsefond erhitzen und das Gemüse und den Knoblauch darin gar kochen. Die Petersilie zupfen und klein schneiden. Das Wurzelgemüse stampfen und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Die Walnüsse, die weiche Butter und die Petersilie unterheben. Die Zwiebeln und den Lauch in die Pfanne geben und die Shiitake-Pilze dazugeben. Mit dem Portwein ablöschen und den getrockneten Thymian, den Balsamicoessig und den Wildfond dazugeben. Die Butter einrühren und die Soße nicht mehr kochen lassen. Die Sahne schlagen und ebenfalls unter die Soße geben. Das Rehrückenfilet auf einem Teller anrichten und den Wurzel-Walnuss-Stampf dazugeben. Mit der Soße garnieren und servieren.

Angela Cristina Hering am 19. Dezember 2011

## Lamm-Filet mit Spaghetti und roter Pfeffer-Soße

### Für 2 Personen

6 Lammfilets a 100 g	300 g Spaghetti	500 g passierte Tomaten
1 Knoblauchknolle	1 Zwiebel	200 ml Schlagsahne
200 ml Lammfond	200 ml trockener Weißwein	1 Bund glatte Petersilie
3 Zweige Rosmarin	Olivenöl	2 EL grüner, eingel. Pfeffer
Salz	schwarzer Pfeffer	

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. In einem anderen Topf Olivenöl auf 60 Grad erhitzen. Die Lammfilets waschen und trockentupfen. Drei Knoblauchzehen abziehen und mit dem Rosmarin in das Olivenöl geben, sodass sie darin schwimmen. Das Fleisch hinzugeben und für circa 20 Minuten garen. Die Zwiebel und zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und darin die Zwiebel, den Knoblauch und den grünen Pfeffer andünsten. Mit dem Lammfond und dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Die passierten Tomaten und die Schlagsahne hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei schwacher Hitze weiter reduzieren lassen. Die Spaghetti im Salzwasser circa acht bis zehn Minuten bissfest kochen. Die Petersilienblätter vom Stängel abzupfen, fein hacken, etwa eine Handvoll für die Garnitur zur Seite legen und die restliche Petersilie zu der Pfeffersoße geben. Eine weitere Pfanne erhitzen und darin die Lammfilets scharf anbraten. Die Spaghetti in der Pfeffersoße schwenken. Die Lammfilets und die Spaghetti auf Tellern anrichten, mit der restlichen Petersilie garnieren und servieren.

Eike Andela am 21. Februar 2011

## Lamm-Filet mit Speck-Bohnen und Steinpilz-Tatar

### Für 2 Personen

320 g Lammfilet, küchenfertig	300 g Kartoffeln, fest	240 g grüne Bohnen
200 g Steinpilze, frisch	100 g Zwiebeln	80 g durchwachsener Speck
20 g Radicchio	140 ml Hühnerfond	100 ml Portwein
2 EL Rosmarinöl	1 Bund Petersilie, glatt	Butter
Sonnenblumenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, in circa einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden, in kochendem Salzwasser blanchieren und anschließend abkühlen lassen. Für die Speckbohnen die Zwiebeln abziehen und mit dem geräucherten Speck fein würfeln. Die Bohnen vom Grad befreien und mit anschwitzen lassen. Anschließend das Ganze mit dem Hühnerfond ablöschen und bei geringer Hitze garziehen lassen, bis die Flüssigkeit vollständig eingekocht ist. Vor dem Anrichten das Bohnengemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und kurz in etwas Sonnenblumenöl rundum anbraten. Anschließend das Fleisch im Backofen garziehen lassen. Für die Soße den Bratensud mit dem Portwein ablöschen und reduzieren lassen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Steinpilze putzen, fein würfeln und in etwas Butter kräftig anschwitzen. Die Petersilie zupfen, fein hacken und über die Pilze geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln in dem Rosmarinöl von beiden Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Radicchio die Blätter abzupfen und auf den Tellern verteilen. Das Lachstatar auf dem Radicchio platzieren und mit den Kartoffelscheiben, den Lammfilets und den Speckbohnen anrichten. Das Ganze mit etwas Portweinsauce beträufeln.

Veronika Lutz am 15. September 2010

## Lamm-Filet, Parisienne-Kartoffeln, Romanesco-Röschen

### Für 2 Personen

4 Lammfilets a 80 g	5 große, feste Kartoffeln	200 g Romanesco
Thymianöl	Oreganoöl	Macisöl
Avocado-Öl	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, in Spalten schneiden und für etwa 15 Minuten in Salzwasser kochen. Anschließend abschöpfen und im Oregano-Öl schwenken. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Die Silberhaut vom Fleisch abziehen. Anschließend eine Spritze mit Thymian-Öl aufziehen und das Fleisch damit spritzen. Dazu die aufgezugene Spritze bis zum Anschlag der Kanüle einstechen und unter leichtem Druck langsam wieder herausziehen. Diesen Vorgang mehrmals wiederholen bis das Fleisch etwa vier Mal eingespritzt ist. Die anderen drei Filets ebenso behandeln. Die Filetstücke salzen, pfeffern und in einer Pfanne mit Avocado-ÖL von jeder Seite scharf anbraten. Anschließend im Backofen gar ziehen lassen. Salzwasser in einem Topf erhitzen. Den Romanesco in Röschen teilen, blanchieren und mit Eiswasser abschrecken. Anschließend in einer Pfanne mit Olivenöl schwenken und mit dem Macis-Öl sowie Salz und Pfeffer würzen. Die Lammfilets mit den Romanescoröschen und den Kartoffelspalten auf Tellern anrichten und servieren.

Holger Vörckel am 13. Dezember 2011

## Lamm-Filet, Preiselbeer-Chili-Soße, Rosmarin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Lammfilet	12 Kartoffeln, klein	250 g Preiselbeeren
2 Rote Chilischoten	5 Zweige Rosmarin	2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl	200 ml Weißwein, trocken	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Kartoffeln waschen und mit Schale in den Topf geben, zum Kochen bringen und 20 Minuten kochen lassen. Den Knoblauch abziehen und in eine kleine Schüssel pressen. Das Olivenöl hinzugeben und mit Pfeffer und Salz würzen. Das Ganze gut miteinander vermischen. Das Lammfilet nun mit der Öl-Würz Mischung einpinseln. Eine Pfanne erhitzen und das Lammfilet von beiden Seiten anbraten. Anschließend das Lammfilet 15 Minuten in den Backofen geben. Die Preiselbeeren abgießen und den Saft erhalten. Die Chilischoten längs aufschneiden, vom Strunk und von den Kernen befreien und klein hacken. Die Chilis in dem Bratensatz des Lammfilets anschwitzen. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen. Die Preiselbeeren und 100 Milliliter des Preiselbeersafts in die Pfanne geben. Die Soße 10 Minuten kochen lassen. Die Kartoffeln abgießen und etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln in die Pfanne geben, den Rosmarin zupfen und mit in die Pfanne geben. Die Kartoffeln fünf Minuten anbraten. Das Lammfilet auf einem Teller anrichten und die Rosmarin-Kartoffeln dazugeben. Mit der Chili-Preiselbeer-Soße garnieren und servieren.

Silke Barta am 04. November 2010



# Lamm-Filet-Topf mit Wirsing und Kartoffel-Knoblauch-Püree

## Für 2 Personen

200 g Lammfilet	500 g mehliges Kartoffeln	1 Zwiebel
1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen	1 Wirsingkopf
50 g Oliven	50 g Butter	2 EL Schmalz
125 ml Milch	125 ml Rinderfond	200 ml Rotwein
125 ml Hühnerbrühe	scharfe Paprika	gemahlener Kümmel
bunter Pfeffer	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in feine Stücke schneiden. In der Pfanne anbraten. Eine Knoblauchzehe abziehen und kleinhacken. Die rote Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Beides zum Fleisch dazugeben und mit dem Rotwein ablöschen. Den Rinderfond angießen und mit Salz und dem bunten Pfeffer abschmecken. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Den halben Wirsingkopf waschen, in feine Streifen schneiden und mit einem halben Esslöffel Butter, zwei Esslöffeln Schmalz und der Zwiebel scharf anbraten. Mit einer Tasse Hühnerbrühe ablöschen und mit Pfeffer, scharfer Paprika sowie gemahlenem Kümmel abschmecken. Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln waschen, schälen und kochen. Anschließend das Wasser ablassen. Eine Knoblauchzehe abziehen und reiben. Die Milch mit der Butter, den Oliven und dem Knoblauch zu den Kartoffeln geben und aufkochen. Die Kartoffelmasse pürieren. Das Lammfilet mit dem Wirsing auf einem Teller anrichten, das Kartoffel-Knoblauchpüree dazugeben und servieren.

Bianca Rothmann am 16. November 2011

# Lamm-Hüfte mit Kräuter-Kruste, Kartoffel-Rösti

## Für 2 Personen

2 Stück Lammhüfte a 300 g	200 g mehligk. Kartoffeln	150 g Zuckerschoten
30 g Pistazien	1 Scheibe Toastbrot	2 Cocktailtomaten
3 Schalotten	1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 rote Chili-Schote	1 Muskatnuss	1 EL Dijonsenf
Butter	200 ml trockener Rotwein	50 ml Gemüsefond
40 ml Balsamico	50 ml Olivenöl	Olivenöl
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Oregano	1 Bund Rosmarin
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen, in feine Streifen hobeln und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatabrieb würzen. Oregano, Rosmarin und Petersilie zupfen und fein hacken. Das Toastbrot von der Rinde befreien, zerbröseln und zusammen mit den Kräutern und den Pistazien fein hacken. Anschließend mit dem Senf und dem Olivenöl vermengen und mit Salz würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und andünsten. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, in die Pfanne geben und etwa zwei Minuten von jeder Seite scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit der Toastbrot-Kräuter-Mischung bestreuen, die Panade fest andrücken und etwa zehn Minuten im Ofen garen lassen. Die Chili-Schote der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien, sehr fein schneiden. Die Zwiebeln, die Chili-Schote und den Knoblauch mit dem Rotwein und dem Gemüsefond ablöschen und einreduzieren. Anschließend den Balsamico und einen Rosmarinzweig hinzugeben und das Ganze ziehen lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten abziehen, klein schneiden und glasig andünsten. Anschließend die Zuckerschoten hinzugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und aus der Kartoffelmasse kleine Rösti backen. Das Lamm in der Kräuterkruste mit der Balsamico-Rotweissaucen, dem Kartoffelrösti und den Zuckerschoten auf Tellern anrichten, mit den Cocktailtomaten garnieren und servieren.

Fritz Stelzer am 15. Juni 2011

## Lamm-Karree in Kräuter-Kruste mit Kartoffel-Püree

### Für 2 Personen

400 g Lammkarree	5 mehlig Kartoffeln	2 Schalotten
50 g Semmelbrösel	50 g Parmesan	1 Ei
1 EL Senf, scharf	0,5 Bund glatte Petersilie	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	1 Muskatnuss	100 g Butter
75 ml Sahne	75 ml Milch	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und vierteln. Anschließend in Salzwasser gar kochen. 30 Gramm der Butter in den Backofen geben und weich werden lassen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Schwarte vorsichtig entfernen und die Rippchen abschaben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten abziehen und sehr fein hacken. Petersilie, Rosmarin und Thymian zupfen und fein hacken. Den Parmesan reiben. Die Hälfte der Semmelbrösel, Parmesan, Schalotten, Kräuter, die weiche Butter und das Ei miteinander vermengen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Anschließend salzen und zum Garen in den Backofen geben. Die Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpressen geben. Die Milch und Schlagsahne zusammen 50 Gramm Butter aufkochen. Die Muskatnuss reiben und zu der Milch geben. Mit Salz abschmecken. Das Ganze nach und nach unter das Püree geben und gut vermengen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit Senf bestreichen. Die Kräutermasse gleichmäßig auf dem Fleisch verteilen und nochmals für einige Minuten in den Backofen geben. Die restliche Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und die übrigen Semmelbrösel darin unter Rühren und goldbraun rösten. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Das Kartoffel-Püree hinzugeben und mit der Semmelbrösel-Butter übergießen.

Anna Prizkau am 26. Mai 2010

## Lamm-Karree in Rotwein-Soße und Feta Saganaki

### Für 2 Personen

5 Lammkoteletts	400 g Fetakäse	1 Bund Frühlingszwiebeln
100 g Bohnen, grün	1 Zehe Knoblauch	1 Ei
100 g Mehl	100 g Paniermehl	1 TL Dijon-Senf
2 EL Butter	1 TL Thymian, gerebelt	400 ml Olivenöl
40 ml Rotwein, trocken	150 ml Gemüsefond	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Lammkoteletts von Fett und Sehnen befreien, waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Lammkoteletts darin von beiden Seiten jeweils eine Minute scharf anbraten. Die Pfanne in den Backofen stellen und die Karrees etwa acht Minuten garen lassen. Einen Esslöffel des Bratenfonds entnehmen und zur Seite stellen. Die Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Eine Pfanne mit dem Löffel Bratenfond erhitzen. Die Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben und andünsten. Anschließend den Rotwein und dem Fond aufgießen und die Soße einreduzieren. Thymianblätter vom Zweig zupfen und klein hacken. Die Soße mit der Butter und Thymian verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ei aufschlagen und in einem tiefen Teller verquirlen. Den Fetakäse im Mehl wenden und anschließend durch das geschlagene Ei ziehen, anschließend in 75 Gramm Paniermehl wenden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Den Fetakäse von beiden Seiten eine Minute scharf anbraten und herausnehmen. Den Knoblauch abziehen und in feine Stücke hacken. Anschließend mit 25 Gramm Paniermehl vermengen, die Lammkoteletts mit dem Senf bestreichen und mit der Paniermehlmischung bestreuen. Die Lammkoteletts mit dem Feta Saganaki auf einem Teller anrichten und mit der Soße garnieren.

Ioannis Triantafyllidis am 02. Februar 2010

## Lamm-Karree mit einer Oliven-Kruste und Speck-Bohnen

### Für 2 Personen

300 g Lammkarree	200 g Speck in Scheiben	200 g frische Bohnen
3 Blätter Friseesalat	3 gelbe Kirschtomaten	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen	5 Scheiben Toastbrot
100 g weiche Butter	4 EL Oliventapenade	100 ml Lammfond
300 ml Olivenöl	2 EL Balsamicoessig	Salz
schwarzer Pfeffer		

Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Das Toastbrot mit der Tapenade und der Butter im Mixer vermischen. Anschließend im Eisfach erkalten lassen. Das Lammkarree waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rosmarin und den Thymian zupfen. Die Knoblauchzehen mit dem Messerrücken andrücken. In der Zwischenzeit Wasser zum Kochen bringen und die Bohnen zehn Minuten garen. Anschließend die Bohnen in Eiswasser abschrecken. Die Lammkarrees mit den Kräutern und dem Knoblauch anbraten. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben. Die Oliven-Kruste in fünf Millimeter dicke Scheiben schneiden. Die Kruste auf die Lammkarrees legen und den Backofengrill anschalten. Das Fleisch fünf Minuten gratinieren. Die Bohnen in Speck einwickeln und anbraten. Anschließend den Bratensatz mit dem Lammfond ablöschen und einkochen lassen. Die Lammkarrees auf einem Teller anrichten und die Speckbohnen dazugeben. Mit der Sauce garnieren und servieren.

Sofia Heilert am 19. Mai 2011

## Lamm-Karree mit Kartoffel-Fenchel-Stampf, Lakritz-Soße

### Für 2 Personen

4 Lammkarree	1 kg Kartoffeln, fest	1 Knolle Fenchel
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 Bund Thymian
1 EL Fenchelsamen	2 EL Anisschnaps	4 EL Olivenöl
250 ml Gemüsefond	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und gut salzen. Die Kartoffeln waschen, schälen und im Salzwasser garen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Lammkarree waschen, trockentupfen und von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend mit etwas Olivenöl, etwas Thymian sowie Salz und Pfeffer einreiben, in den vorgeheizten Backofen geben und etwa 25 Minuten garen lassen. Den Fenchel waschen, schälen und von den äußeren Blättern und dem Strunk befreien. Anschließend die Knolle vierteln und in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die feinen Fenchelstreifen darin goldbraun anbraten und alles mit dem Anisschnaps ablöschen. Die Flüssigkeit einreduzieren lassen und die Fenchelstreifen aus der Pfanne nehmen. Anschließend die Anisschnaps-Reduktion mit Gemüsefond auffüllen und köcheln lassen. In einer weiteren Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, feinhacken und darin andünsten. Die Kartoffeln abgießen, grob stampfen und Olivenöl hinzufügen, bis das Püree eine sämige Konsistenz hat. Die gebratenen Fenchelstreifen, die Schalotten, den Knoblauch und die Fenchelsamen unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lammkarree mit dem Kartoffel-Fenchel-Stampf auf einem Teller anrichten, mit etwas Lakritzsauce und frischen Thymian garnieren und servieren.

Swante Eberhardt am 19. September 2011

# Lamm-Karree mit Knoblauch, Lavendel und Aprikosen

## Für 2 Personen

3 Lammkarrees	3 Kartoffeln, mehlig	200 g Erbsen
250 g Aprikosen	2 Zehen Knoblauch	2 TL Butter
1 EL Lavendelsamen	10 g Lavendelblumen	100 ml Rinderfond
100 ml Roséwein, trocken	2 EL Olivenöl	1 TL Pfefferkörner, schwarz
Meersalz	Salz	

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Pfefferkörner zusammen mit einem halben Esslöffel Lavendelsamen in einen Mörser geben und zerkleinern. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und dazugeben. Das Ganze zusammen mit zwei Esslöffeln Meersalz und dem Olivenöl im Mörser vermengen. Nun die Lammkarrees mit der Gewürzpaste einreiben und zehn Minuten ziehen lassen. Danach die Lammkarrees in eine Pfanne legen, in den Backofen geben und 20 Minuten rösten lassen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen und zusammen mit den Erbsen in das kochende Salzwasser geben und für 20 Minuten kochen. Anschließend zuerst die Kartoffeln aus dem Salzwasser schöpfen, ausdampfen lassen und fein stampfen. Die Erbsen abgießen, ebenfalls durchstampfen und mit der Kartoffelmasse vermengen. Die Butter hinzugeben und aus der Masse vier Klöße drehen. Eine Herdplatte auf mittlere Hitze einschalten. Die Pfanne mit dem Lammkarree aus dem Ofen holen und die Pfanne auf die Herdplatte stellen. Das Bratfett, mit Roséwein und Rinderfond ablöschen, gut umrühren und den Sud fünf Minuten einköcheln lassen. Die Aprikosen halbieren, entkernen und in die Pfanne geben. Die restlichen Lavendelsamen sowie fünf Gramm Lavendelblumen dazugeben und alles zweieinhalb Minuten aufkochen. Die Lammkarrees aus der Pfanne nehmen und mit einer Prise Meersalz bestreuen. Die Klöße auf Teller geben und mit den restlichen Lavendelblüten garnieren. Die Lammkarrees anlegen und mit der Aprikosensoße begießen.

Maggy Crüts am 18. November 2009

## Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste und Polenta

### Für 2 Personen

400 g Lammkarree	2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch
90 g Parmesan, gerieben	1 Ei	80 g Polentagrieß, instant
25 g Semmelbrösel	1 TL Senf	0,5 Bund Petersilie, glatt
5 Zweige Thymian	5 Zweige Rosmarin	1 Lorbeerblatt
2 EL Balsamico, alt	200 ml Traubensaft, rot	400 ml Geflügelfond
200 ml Schlagsahne	60 g Butter	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Schwarte behutsam entfernen und die Rippchen abschaben, bis sie schön weiß sind. Das Fleisch mit Pfeffer würzen und die Schalotten abziehen und sehr fein hacken. Je vier Zweige Thymian und Rosmarin und das halbe Bund Petersilie zupfen und fein hacken. Die Semmelbrösel, 25 Gramm Parmesan, die Schalotten, die Kräuter, 30 Gramm Butter und das Ei miteinander vermengen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Karree darin anbraten. Salzen und im Ofen zehn Minuten garen lassen. Das Fleisch herausnehmen, mit dem Senf bestreichen und die Kräutermasse darauf verteilen. Erneut in den Ofen geben und überbacken lassen. Den Bratensatz mit dem Balsamico und dem rotem Traubensaft loskochen, reduzieren und durch ein Sieb passieren und abschmecken. Den Knoblauch abziehen. Den Geflügelfond zusammen mit dem Lorbeerblatt, dem übrigen Rosmarin und Thymian und der Knoblauchzehe fünf Minuten köcheln lassen. Anschließend die Kräuter und den Knoblauch wieder entfernen. Den Polentagries in den Fond geben und unter Rühren zehn Minuten quellen lassen. Die Sahne aufschlagen und den übrigen Parmesan und die übrige Butter unterrühren. Zuletzt die steife Sahne unterheben. Das Lammkarree zusammen mit der Polenta auf Tellern anrichten.

Sarah Billhardt am 29. Dezember 2009

## Lamm-Karree mit Lavendel, Aprikosen und Erbsen-Püree

### Für 2 Personen

400 g Lammkarree	3 kl. mehligk. Kartoffeln	250 g Aprikosen
2 Knoblauchzehen	200 g grüne Erbsen	1 EL Lavendelsamen
100 ml Lammfond	1 Muskatnuss	100 ml Roséwein, trocken
2 EL Olivenöl	3 EL weiche Butter	1 TL schwarze Pfefferkörner
Meersalz	Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 225 Grad Umluft vorheizen. Die Knoblauchzehen abziehen und klein hacken. Die Lammkarrees waschen und trocken tupfen. Die schwarzen Pfefferkörner mit einem halben Esslöffel Lavendelsamen in einem Mörser zerstoßen. Die gehackte Knoblauch hinzufügen und mit Salz und zwei Löffel Olivenöl vermengen. Anschließend die Lammkarrees damit einreiben und marinieren lassen. Die Lammkarrees in eine Pfanne legen, den Backofen auf 175 Grad zurück drehen und die marinierten Lammkarrees darin 20 Minuten garen lassen. Die Aprikosen waschen, halbieren und entkernen. Die Kartoffeln schälen und halbieren. Die Kartoffeln und die Erbsen in zwei separate Töpfe mit Salzwasser gar kochen, abgießen und ausdämpfen. Anschließend vermengen, fein stampfen und pürieren. Die Butter und etwas frisch geriebener Muskatnuss hinzufügen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Alu-Folie warm halten. Den Rosé und die Lammfond in dem Bratensatz etwas aufkochen lassen. Die Aprikosen und die restlichen Lavendelsamen in die Pfanne geben und drei Minuten einkochen lassen. Das Lammkarrees mit Lavendel, Aprikosen und dem Erbsenpüree auf Tellern anrichten und servieren.

Maggy Crüts am 16. Mai 2011

## Lamm-Kotelett mit Knoblauch-Kruste und Bratkartoffeln

### Für 2 Personen

8 Lammstielkoteletts	8 Knoblauchzehen	3 Kartoffeln, fest
2 Schalotten	200 g Semmelbrösel	250 g Butter
100 ml Portwein	100 ml Sahne	2 Zweige Thymian
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Thymian klein hacken. Die Knoblauchzehen abziehen und klein schneiden. Den Knoblauch mit Semmelbröseln und Butter zu einer streichfähigen Masse vermengen und mit Salz, Pfeffer und einem Teil des Thymians würzen. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen, in einer Pfanne scharf in Olivenöl anbraten und anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend im Backofen 15 Minuten garen lassen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Salzen und in der Pfanne auf beiden Seiten in Butter goldbraun anbraten. Die Schalotten abziehen und klein schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Mit Lammfond und Portwein ablöschen und stark einkochen lassen. Den restlichen Thymian in die Soße geben. Anschließend etwas Butter und Sahne dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und schaumig aufschlagen. Die Koteletts aus dem Ofen nehmen und mit der Knoblauchmasse auf der Oberseite bestreichen. Bei 250 Grad Ober-/Unterhitze drei Minuten überbacken. Die Koteletts mit den Bratkartoffeln anrichten und mit der Soße garnieren.

Manfred Folie am 29. April 2010



# Lamm-Koteletts in Kräuter-Kruste mit Majoran-Kartoffeln

## Für 2 Personen

4 Lammstielkoteletts	5 festk. Kartoffeln	100 g durchw. Speck
30 g Parmesan	6 Kirschtomaten	250 g Prinzessbohnen
1 unbehandelte Limette	2 Zwiebeln	3 Knoblauchzehen
4 EL Semmelbrösel	Butter	100 ml Gemüsefond
3 EL Olivenöl	Balsamico	1/2 Bund Thymian
1/2 Bund Rosmarin	1/2 Bund Estragon	2 EL getrocknetes Majoran
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen, die Kartoffeln schälen, würfeln und in das kochende Wasser geben. Wenn die Kartoffeln gar sind, abgießen und abkühlen lassen. Den Majoran in den Gemüsefond geben und ziehen lassen. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen. Eine Zwiebel abziehen, klein hacken, den Speck würfeln und beides in den Topf geben und solange braten. Anschließend das Ganze mit dem Majoran-Gemüsefond ablöschen, aufkochen lassen und mit Pfeffer abschmecken. Die Hitze herunter regeln und dann die Kartoffelwürfel mit in den Topf geben. Für die Marinade zwei Knoblauchzehen abziehen und zerdrücken. Die Limette halbieren und auspressen. Den Saft mit etwas Olivenöl und dem Knoblauch in eine Schüssel geben und mit etwas Pfeffer abschmecken. Die Lammstielkoteletts waschen, trocken tupfen, in die Marinade legen und ziehen lassen. Für die Kruste etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Parmesankäse reiben. Den Thymian, den Rosmarin und den Estragon klein hacken und mit dem Parmesan und den Semmelbröseln in die Pfanne geben und vermengen. Das restliche Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die marinierten Lammstielkoteletts darin von beiden Seiten kurz anbraten. Dann die Koteletts von einer Seite mit der Panade bestreichen und für fünf Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Prinzessbohnen waschen, die Enden abschneiden und in dem kochenden Wasser mit etwas Salz einige Minuten blanchieren. Nach dem Blanchieren in kaltem Wasser abschrecken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die restliche Zwiebel sowie die restliche Knoblauchzehe abziehen, klein hacken und in die Pfanne geben. Die Tomaten vierteln und mit den Bohnen in die Pfanne geben. Das Ganze dann mit einem Schuss Balsamico ablöschen. Die Lammkoteletts in der Kräuterkruste mit den Majoran-Kartoffeln und dem Tomaten-Bohnen-Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Andreas Schmidt am 05. Dezember 2011

## Lamm-Koteletts mit Gemüse und Röstis

### Für 2 Personen

4 doppelte Lammkoteletts	4 Kartoffeln, fest	4 Zwiebeln
1 Zucchini	1 Aubergine	2 Eier
4 EL Olivenöl	1 EL Butterschmalz	50 ml Weißwein, trocken
Salz	schwarzer Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen und fein reiben. Die Eier zu den Kartoffeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen, mit Olivenöl bestreichen und ziehen lassen. Die Zwiebeln abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Zucchini und die Aubergine putzen und von den Stielansätzen befreien, anschließend in zentimeterdicke Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe darin glasig dünsten. Anschließend die Zucchini und die Aubergine hinzufügen und kurz mitdünsten. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen und zugedeckt gar ziehen lassen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelmasse zu Röstis anbraten. Eine Grillpfanne erhitzen. Die Lammkoteletts von beiden Seiten sieben Minuten grillen, anschließend salzen und pfeffern. Die Lammkoteletts auf einem Teller anrichten und das Gemüse und die Rösti dazu geben und servieren.

Uwe Meier am 12. Mai 2010

## Lamm-Koteletts mit Knoblauch-Butter und Kenia-Bohnen

### Für 2 Personen

6 Lammkoteletts, a 60 g	300 g Kartoffeln, klein, fest	200 g Keniabohnen
4 Cocktailtomaten	2 Schalotten	5 Zehen Knoblauch
1 Bund Rosmarin	0,5 Bund Thymian	50 ml Rotwein (alkoholfrei)
120 g Butter	1 EL Bohnenkraut	1 EL Olivenöl
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen zweiten Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Rosmarin zupfen. Die Kartoffeln halbieren, auf ein Backblech geben und mit Salz und Rosmarin würzen. Das Olivenöl darüber träufeln und etwa 25 Minuten bei 120 Grad garen. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und scharf in Pflanzenöl anbraten. Anschließend bei 80 Grad im Ofen ziehen lassen. Die Bohnen putzen und kurz in Salzwasser blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Eine Schalotte und eine Zehe Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch in 20 Gramm Butter anschwitzen und die Bohnen dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut würzen. Die Tomaten vierteln und mit zu den Bohnen geben. Das Ganze etwa fünf Minuten ziehen lassen. Den restlichen Knoblauch abziehen und in 100 Gramm Butter anschwitzen. Den Thymian zupfen und mit dem restlichen Rosmarin hinzugeben. Den Rotwein hinzufügen und die Knoblauchbutter kurz einreduzieren lassen. Die Koteletts zusammen mit den Kartoffeln, den Bohnen und der Knoblauchbutter auf Tellern anrichten.

Stephan Werner am 09. September 2009

## Lamm-Koteletts mit Mandel-Cranberry-Reis

### Für 2 Personen

2 Lammkoteletts, a 80 g	150 g Basmatireis	100 g Babymöhren
100 g Pastinaken	50 g Cranberries, getrocknet	50 g Mandelstifte
1 Zitrone, unbehandelt	1 TL Zimt	3 EL Zucker
0,5 Bund Thymian, frisch	2 EL Butter	7 EL Olivenöl
2 EL Honig, flüssig	Kreuzkümmel	Currypulver, mild
Kardamom	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Salzwasser in einem Topf erhitzen und den Basmatireis darin garen lassen und anschließend abgießen. Die Babymöhren und die Pastinaken putzen, schälen und klein schneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Thymian fein hacken. Mit dem Honig, Zimt, Zucker, Thymian, Zitronensaft, Kardamom, Kreuzkümmel, Curry, Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren und das Gemüse darin einlegen. Anschließend auf ein Backblech geben und für zehn Minuten in den Backofen geben. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und im Olivenöl scharf anbraten. Anschließend mit dem Bratsud zum Gemüse auf das Blech geben. Die Cranberries fein hacken. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Mandelstifte darin rösten. Nun den Reis und die Cranberries hinzugeben. Die Lammkoteletts mit dem Gemüse und dem Reis auf Tellern anrichten.

Maria Klawitter am 14. September 2009

## Lamm-Koteletts mit mediterranen Stampf-Kartoffeln

### Für 2 Personen

4 Lammkoteletts	500 g mehligk. Kartoffeln	6 getrocknete Tomaten, in Öl
1 unbehandelte Zitrone	1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen
50 g Pinienkerne	1 EL Butter	1 Bund Basilikum
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einem großen Topf mit Salzwasser gar kochen. Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Die Tomaten in Stücke schneiden und zusammen mit den Zwiebelstücken und dem Knoblauch in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln heißem Olivenöl glasig dünsten. Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Das Fleisch waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der Grillpfanne anbraten. Die Thymian- und die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Die übrigen Knoblauchzehen ebenfalls abziehen, fein hacken und zusammen mit dem Thymian und dem Rosmarin zu den Lammkoteletts geben und mitbraten. Das Fleisch anschließend für etwa 15 Minuten im Backofen weiter garen. Abschließend die Butter in die Pfanne geben und das Fleisch darin kurz schwenken. Die gekochten Kartoffeln abgießen, grob zerstampfen und mit der Tomaten-Zwiebel-Mischung vermengen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und ebenfalls unter die Kartoffeln heben. So viel Olivenöl zugießen, bis ein cremiger Kartoffelstampf entstanden ist. Die Zitrone halbieren, den Saft einer Hälfte auspressen und unter den Stampf mischen und das Ganze nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abschließend einige Blätter vom Basilikum abzupfen, grob hacken und ebenfalls zu den Kartoffeln geben. Die Koteletts mit dem Fleischjus und dem Kartoffelstampf auf Tellern anrichten und mit Basilikumblättern garnieren.

Christa Asbach am 22. November 2010

# Lamm-Koteletts mit Pfannen-Gemüse und Rosmarin-Kartoffeln

## Für 2 Personen

6 Lammkoteletts, a 60 g	6 Kartoffeln, fest	1 Zucchini
1 Aubergine	2 Tomaten	1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Basilikum	2 Zweige Rosmarin	Olivenöl
Pfeffer, schwarz	Salz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln halbieren, salzen und mit der Schnittfläche nach unten auf ein Backblech legen. Einen Rosmarinzweig zupfen und über die Kartoffeln geben. Das Ganze für 20 Minuten im Backofen garen. Die Aubergine und die Zucchini in Würfel schneiden und mit etwas Salz bestreuen. Die Zwiebel abziehen und in feine Scheiben schneiden. Die Tomaten kurz in heißes Wasser geben und abschrecken. Die Haut abziehen, entkernen und in Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Aubergine, die Zucchini, die Zwiebeln und den Knoblauch andünsten. Den Thymian und das Lorbeerblatt hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und circa 20 Minuten köcheln lassen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Die übrige Knoblauchzehe abziehen, andrücken und zusammen mit dem übrigen Rosmarinzweig in die Pfanne geben. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten. Das Basilikum zupfen, grob hacken und über das Fleisch geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Das Pfannengemüse zusammen mit den Lammkoteletts und den Rosmarinkartoffeln anrichten.

Jacqueline Michalsky am 01. März 2010

# Lamm-Koteletts mit Pfifferlingen und Polenta

## Für 2 Personen

6 Lammstielkoteletts	100 g Polenta	100 g Pfifferlinge
1 Zitrone	50 g Parmesan	100 g Pinienkerne
1 Bund Thymian	1 Bund Basilikum	1 Bund glatte Petersilie
100 ml Milch	1 EL Butter	2 EL Balsamico
Salz	Pfeffer, schwarz	Olivenöl

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Blätter vom Thymian zupfen und mit etwas Olivenöl zu einer Paste pürieren. Die Lammkoteletts waschen und trockentupfen. Anschließend werden sie etwas angedrückt und mit der Thymian-Paste bestrichen und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Die Milch mit 100 Milliliter Wasser vermischen und aufkochen. Die Polenta zugeben und mit Salz würzen. Das Ganze circa zehn Minuten quellen lassen. Den Parmesan reiben und zusammen mit der Butter nach den zehn Minuten zu der Polenta geben. Danach weiter ziehen lassen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Pfifferlinge putzen und in einer Grillpfanne ohne Öl anbraten. Die Pfifferlinge aus der Pfanne nehmen und die Lammkoteletts von beiden Seiten für circa vier Minuten anbraten. Anschließend die Koteletts auf die Pfifferlinge legen und mit etwas Olivenöl und Zitronensaft beträufeln. Das Ganze zum Warmhalten in den Ofen geben. Das Basilikum zupfen und zusammen mit den Pinienkernen pürieren. Etwas Olivenöl und Balsamico hinzufügen. Die Polenta auf Tellern anrichten. Das Fleisch und die Pfifferlinge aus dem Ofen nehmen und neben der Polenta anrichten. Mit dem Pesto garnieren und servieren.

Silke Wingens am 08. Dezember 2010

# Lamm-Koteletts mit Rosmarin-Kartoffeln und grünen Bohnen

## Für 2 Personen

8 Lammstielkoteletts	3 Kartoffeln, fest	3 Cherrytomaten
150 g grüne Bohnen	1 Zitrone, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch
1 Zwiebel	1 Bund Zitronenmelisse	1 Zweig Bohnenkraut
2 Zweige Rosmarin	1 EL Essig	125 ml Gemüsefond
Rapsöl	Zucker	Pfeffer, schwarz
Salz		

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in sehr feine Scheiben schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben sehr heiß anbraten. Anschließend die Scheiben in die Auflaufform geben. Die Zitrone halbieren und auspressen, den Saft über die Kartoffeln träufeln und in den Ofen geben. Das Ganze circa 25 Minuten backen. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch anbraten. Den Knoblauch abziehen, andrücken und mit in die Pfanne geben. Den Rosmarin zupfen und ebenfalls in die Pfanne geben. Die Lammkoteletts zusammen mit den Tomaten für zehn Minuten mit in die Auflaufform geben und mit Alufolie abdecken. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die grünen Bohnen mit der Zwiebel und dem Gemüsefond in einem Topf andämpfen. Das Bohnenkraut abziehen, fein hacken und mit zu den Bohnen geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Minzsoße die Zitronenmelisse abzupfen und fein hacken. Den Essig über die Blätter geben und mit Salz und Zucker würzen. Anschließend pürieren. Das Lamm aus dem Ofen nehmen und mit den Kartoffeln auf Tellern anrichten. Die grünen Bohnen auf den Tellern anrichten. Das Ganze mit der Minzsoße übergießen und servieren.

Angela Hottner am 25. März 2010

# Lamm-Koteletts mit Rosmarin-Kartoffeln und Ratatouille

## Für 2 Personen

4 Lammkoteletts a 70 g	300 g Drillinge	1 Aubergine
1 Zucchini	1 Karotte	1 Paprika, rot
2 Tomaten	1 Gemüsezwiebel	1 Knoblauchknolle
4 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 Bund Petersilie, glatt
1 Prise Zucker	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Drillinge waschen, halbieren und mit der Schnittseite in eine geölte und feuerfeste Form legen. Dreiviertel der Knoblauchknolle abziehen und die ganzen Zehen mit in die Form legen. Etwas salzen und im vorgeheizten Ofen circa 20 Minuten garen. Fünf Minuten vor dem Garen zwei Rosmarinzweige in die Form legen. Für das Ratatouille die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen. Anschließend die Haut abziehen und in grobe Stücke schneiden. Die Aubergine, die Zucchini, die Karotte, die Paprika in grobe Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Karotten scharf anbraten. Anschließend die Paprika, die Zucchini, die Zwiebel und zuletzt die Aubergine darin anbraten. Den restlichen Knoblauch zerdrücken und zusammen mit den Tomatenstücken und etwas Zucker in das Ratatouille geben. Das Ganze mit etwas Wasser köcheln lassen. Den restlichen Rosmarin, den Thymian und die Petersilie zupfen und fein hacken. Die Kräuter zum Ratatouille geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammkoteletts mit Pfeffer würzen und von beiden Seiten circa vier Minuten braten. Die Lammkoteletts zusammen mit den Rosmarindrillingen und dem Ratatouille auf Tellern anrichten und servieren.

Axel Finkelnburg am 27. Januar 2010

# Lamm-Koteletts mit Thymian-Kruste und Kartoffel-Rösti

## Für 2 Personen

4 Lammkoteletts	10 Zweige Thymian	250 g Kartoffeln, fest
125 g Lammfond	25 g Tomaten, getrocknet	20 g Parmesan, am Stück
15 g Butterschmalz	50 ml Rotwein, trocken	4 Kirschtomaten
1 Zitrone, unbehandelt	1 Muskatnuss	1 Ei
2 EL Olivenöl	1 EL Mehl	1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Toastbrot	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Rösti die Kartoffeln schälen, eine Hälfte fein und die andere grob reiben. Eine Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte über die Kartoffeln träufeln. Das Ei aufschlagen, mit einem halben Esslöffel Mehl und den Kartoffeln vermengen und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und in Olivenöl scharf anbraten. Für Thymiankruste die getrockneten Tomaten in Würfel schneiden. Den Parmesan reiben und eine Knoblauchzehe abziehen und zerdrücken. Acht Zweige Thymian zupfen und fein hacken. Das Toastbrot fein schneiden und mit den getrockneten Tomaten, dem Parmesan, dem Knoblauch und fünf Esslöffeln Thymian vermengen. Das Ganze mit einem Esslöffel Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen und miteinander vermengen. Das Lamm mit der Thymianpaste einreiben und für zehn Minuten in den Ofen geben. Die Kirschtomaten für drei Minuten dazu geben. Den Bratensatz mit dem Rotwein und dem Lammfond ablöschen, den restlichen Thymian dazu geben und einköcheln lassen. Nun die Rösti in Butterschmalz ausbacken. Die Lammkoteletts mit den Tomaten und den Rösti auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren.

Marc Haese am 02. Dezember 2009



## Lamm-Koteletts mit Trüffel-Risotto und Salat der Saison

### Für 2 Personen

4 Lammstielkotelett	200 g Risottoreis	1 schwarzer Trüffel
50 g Parmesan, am Stück	1 Zwiebel	6 rote Kirschtomaten
1 unbehandelte Zitrone	0,5 Friseesalat	0,5 Radicchio
1 Chicorée	1 Bund Lauchzwiebeln	1 Bund glatte Petersilie
3 Knoblauchzehen	3 Zweige Rosmarin	500 ml Gemüsesfond
200 ml trockener Weißwein	50 ml Olivenöl	Olivenöl
2 EL Balsamicoessig	2 EL Himbeernektar	2 EL Honig
Zucker	schwarzer Pfeffer	Meersalz

Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in etwas Olivenöl in einem Topf glasig anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und zwei Minuten lang mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und den Wein verkochen. Den Gemüsesfond nach und nach dazugießen, bis der Reis bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze 20 Minuten garen. Etwas Butter zufügen und den Trüffel und den Parmesan über das Risotto reiben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Knoblauchzehen abziehen, klein hacken und zusammen mit den Rosmarinzweigen in die Pfanne geben. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und scharf anbraten. Das Fleisch zusammen mit dem Knoblauch und dem Rosmarin in Alufolie ruhen lassen. Den Friseesalat, den Radicchio und den Chicorée zupfen, waschen und trockenschleudern. Die Tomaten vierteln und zu dem Salat geben. Das Olivenöl, den Balsamicoessig, etwas Zitronensaft und den Himbeernektar vermischen. Mit Zucker und Honig abschmecken und das Dressing über den Salat geben. Die Lammkoteletts mit dem Trüffelrisotto und dem Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Sofia Heilert am 08. Februar 2011

## Lamm-Koteletts, Walnuss-Feld-Salat, Balsamico-Birnen

### Für 2 Personen

6 Lammstielkoteletts	80 g Gorgonzola	150 g Feldsalat
1 unbehandelte Zitrone	2 Birnen	3 TL flüssiger Honig
2 EL Balsamico-Essig	4 Walnüsse	4 Zweige Rosmarin
Butterschmalz	Olivenöl	Walnussöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.. Die Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse herausschneiden. Die Koteletts waschen und trocken tupfen. Den Balsamico-Essig mit Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren und die Birnen sowie die Koteletts damit bestreichen. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten anbraten. Die Birnenhälften auf dem Backblech verteilen und zum Garen in den Backofen geben. Nach etwa fünf Minuten die Koteletts dazu geben und weitere fünf Minuten mit braten. Den Gorgonzola in vier Würfel schneiden und diese auf die Birnen legen. Die Rosmarinzweige darauf verteilen und die Koteletts einmal wenden. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Zitronensaft mit etwas Salz und dem Honig verrühren. Anschließend das Walnussöl dazugeben und gut vermischen. Die Walnüsse in einer Pfanne anrösten. Das Dressing über den Feldsalat geben und die Walnüsse darüber streuen. Die Koteletts und die Birnen aus dem Ofen nehmen und zusammen mit dem Feldsalat auf Tellern anrichten.

Dirk Friedrichs am 29. Juli 2010

## Lamm-Lachs im Winter-Mantel mit Sellerie-Püree

### Für 2 Personen

2 Lammlachs, a 200 g	100 g Hähnchenbrustfilet	1 Kastenweißbrot
1 Sellerieknolle	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Muskatnuss	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Bund krause Petersilie	4 EL Aprikosenmarmelade, fein	1 TL Tomatenmark
2 EL Butter, kalt	1 TL Zucker	110 ml Sahne, kalt
200 ml Gemüsesfond	200 ml Lammfond	20 ml Portwein
40 ml Noilly Prat	1 EL Grand-Marnier	1 EL Olivenöl
Butterschmalz	schwarzer Pfeffer	weißer Pfeffer
Salz		

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und in das Gefrierfach geben. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotte abziehen und den Sellerie schälen. Beides fein würfeln und in der Pfanne glasig anbraten. Das Ganze mit dem Noilly Prat ablöschen und dem Gemüsesfond aufgießen. Alles weich garen lassen. Die Petersilie waschen, die Blätter zupfen und klein schneiden. Das angefrorene Hähnchenbrustfilet mit 100 Millilitern Sahne und der Petersilie in ein hohes Gefäß geben und zu einer Farce mixen. Die Thymianblätter und den Rosmarin zupfen, fein hacken und mit dem Portwein zur Farce hinzufügen. Alles mit Salz und weißem Pfeffer würzen. Aus dem Kastenbrot der Länge nach zwei Scheiben schneiden und die Kruste entfernen. Die Weißbrotscheiben mit der Farce bestreichen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und auf die Weißbrotscheiben setzen. Anschließend alles zu runden Rollen wickeln, so dass sich die Weißbrotseite außen befindet. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rollen darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Rollen aus der Pfanne nehmen und auf dem Rost im Backofen circa zehn Minuten fertigbaren. Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Knoblauchzehe abziehen, andrücken und zusammen mit dem Zucker und dem Tomatenmark im Topf anrösten. Alles mit dem Grand Manier ablöschen und mit dem Lammfond einkochen lassen. Anschließend mit der Aprikosenmarmelade abschmecken. Den inzwischen weich gekochten Sellerie abgießen und mit der Butter aufpürieren. Das Püree durch passieren und mit Muskat, Salz, Pfeffer und der restlichen Sahne abschmecken. Das Lamm aus dem Ofen nehmen und schräg anschneiden. Den Lammlachs im Wintermantel mit dem Selleriepüree und dem Aprikosenjus auf Tellern anrichten und servieren.

Max Ziegler am 17. November 2010

# Lamm-Lachs in Brot-Kruste mit warmen Tomaten-Salat

## Für 2 Personen

3 Lammlachse, a 120 g	0,5 Kastenweißbrot	500 g gemischte Tomaten
2 Frühlingszwiebeln	1 unbehandelte Zitrone	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	100 ml Sahne	1 Bund glatte Petersilie
0,5 Bund Basilikum	1 Zweig Rosmarin	5 EL Olivenöl
1 Prise Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Ein Filet fein schneiden. Die Petersilie und den Rosmarin zupfen und fein hacken. Das geschnittene Filet mit dem Knoblauch, der Schalotte, der Sahne, Pfeffer, Salz und den Kräutern zu Brät fein mixen. Eine Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl erhitzen, die restlichen Filets darin eine Minute pro Seite anbraten und anschließend abkühlen lassen. Acht dünne Scheiben von dem Kastenbrot abschneiden und die Scheiben mit dem Brät bestreichen. Die Filets jeweils quer darauf legen und in die Brotscheiben einwickeln. Die Filets mit dem Brotmantel in etwas Olivenöl bei starker Hitze von allen Seiten kross anbraten und im heißen Ofen circa zehn Minuten weiter braten. Anschließend die Filets im ausgeschalteten Backofen bei offener Backofentür circa fünf Minuten ruhen lassen, damit sich der Saft des Fleisches gut verteilt. Die Zitrone halbieren und auspressen. Für den Salat die Tomaten waschen, trocken tupfen und in gleichmäßige Viertel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Das Basilikum zupfen und fein schneiden. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Tomaten darin erhitzen und mit dem Zucker bestreuen. Den Zucker karamellisieren lassen, dann die Tomaten aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben. Das Ganze mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Frühlingszwiebeln und das Basilikum unterheben. Den Lammlachs in der Brotkruste mit dem warmen Tomatensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Götz-Pijl am 22. August 2011

# Lamm-Lachs mit Artischocken-Tomaten-Ragout, Polenta-Flan

## Für 2 Personen

1 Lammlachs, a 250 g	50 g Instantpolenta	30 g Parmesan
3 große Artischocken	10 Datteltomaten	30 g Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
1 Ei	100 ml Gemüsefond	3 EL Sahne
2 EL trockener Weißwein	1 TL Speisestärke	1 EL Mehl
3 EL Olivenöl	Butter	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Polenta mit 200 Millilitern Wasser aufkochen und quellen lassen. Das Ei trennen, den Parmesan reiben und die Speisestärke mit der Sahne verrühren. Das Eigelb, den Parmesan, die Speisestärke und das Mehl unter die Polenta rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je einen Zweig Thymian und Rosmarin abzupfen, kleinhacken und ebenfalls unter die Polenta rühren. Das Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter die Polentamasse heben. Die Timbalförmchen mit der Butter ausstreichen, die Polentamasse hinein füllen und im Ofen etwa 20 Minuten backen. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Artischocken putzen und in Spalten schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten und die Artischockenspalten dazugeben. Das Ganze mit dem Weißwein und dem Gemüsefond ablöschen, salzen und pfeffern. Alles etwa sechs Minuten garen lassen. Die Datteltomaten halbieren und etwa zwei Minuten vor Garende zum Gemüse geben. Den Lammlachs waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Lammlachs darin mit den restlichen Zweigen Rosmarin und Thymian rundherum kräftig anbraten. Die Pfanne bei 80 Grad in den Ofen geben und den Lammlachs nachgaren lassen. Den Polentaflan aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und stürzen. Den Lammlachs in Scheiben schneiden, mit dem Artischocken-Tomaten-Ragout und dem Polentaflan auf Tellern anrichten und servieren.

Veronika Reich Brugger am 24. August 2011

## Lamm-Lachs mit Balsamico-Soße auf Pilz-Risotto

### Für 2 Personen

4 Lammlachs a 150 g	200 g Risottoreis	150 g Morcheln
150 g Champignons	2 Zwiebeln	2 Schalotten
1 Chilischote	30 g Ingwerwurzel	0,5 Bund Rosmarin
0,5 Bund Thymian	100 g Parmesan	100 g Butter
125 ml Sahne	250 ml Rinderfond	250 ml Gemüsefond
250 ml Lammfond	250 ml Weißwein, trocken	125 ml Balsamico-Essig Rosso
100 ml Senf, scharf	2 cl Cognac	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Gemüse und den Rinderfond in einem Topf erhitzen. Die Filets waschen und trocken tupfen, mit Senf einreiben und von allen Seiten in Olivenöl leicht anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, jeweils einen Rosmarinzweig und einen Thymianzweig auf die Filets legen und im Backofen fertig garen. Die Schalotten abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne in 50 Gramm heißer Butter glasig dünsten. Den Risottoreis dazugeben und zwei Minuten dünsten. Mit Salz würzen und mit Weißwein ablöschen. Bei niedriger Temperatur 20 Minuten weitergaren lassen. Zwischendurch immer wieder etwas Gemüsefond und Rinderfond aufgießen. Eine Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Morcheln und die Champignons putzen, klein schneiden und leicht in 20 Gramm Butter und den Zwiebelwürfeln anrösten lassen. Bevor das Risotto fertiggegart ist die Pilze unterheben. Mit Parmesan und Butter abschmecken. Den Ingwer schälen und raspeln und zusammen mit einer kleingeschnittenen Zwiebel und der Chilischote in Butter andünsten. Die Chilischote wieder herausnehmen und etwas Lammfond und Balsamico Essig stark reduzieren. Mit Cognac flambieren, etwas Sahne und die restliche Butter einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Risotto auf einem Teller anrichten und das Lammfilet darauf anrichten und mit der Balsamico-Soße garnieren.

Manfred Folie am 28. April 2010

## Lamm-Lachs mit Chili-Kruste und Steinpilz-Risotto

### Für 2 Personen

300 g Lammlachs	150 g Risottoreis	100 g Vollmilch-Joghurt
15 g Butter	50 g Parmesan	15 g Steinpilze, getrocknet
20 g Pistazienkerne	500 ml Gemüsefond	1 Chilischote, rot
1 Zwiebel	1 Zitrone, unbehandelt	1 Bund Petersilie, glatt
0,5 Bund Minze	3 EL Rapsöl	3 TL Semmelbrösel
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einige Blätter der Petersilie beiseite legen. Für die Chilipaste die restlichen Petersilienblätter zupfen und zusammen mit den Pistazien klein hacken. Die Chilischote längs halbieren, von den Kernen und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Die Petersilie mit zwei Esslöffeln Rapsöl fein pürieren und die Pistazien, das Chili und die Semmelbrösel unterrühren. Die Zitronenschale abreiben, einen Teelöffel der Zitronenschale hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne das restliche Rapsöl erhitzen und das Fleisch auf jeder Seite zwei Minuten darin anbraten. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, die Chilipaste auf das Fleisch streichen und im Backofen für sechs Minuten gratinieren. Die Bund Minze fein hacken und mit dem Joghurt, Salz und Pfeffer verrühren. Für das Risotto die getrockneten Steinpilze in lauwarmem Wasser 20 Minuten einweichen. Den Parmesan reiben. Die Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden und in einem Topf mit der Hälfte der Butter anbraten. Den Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Die Zwiebelringe mit 100 Millilitern Gemüsefond ablöschen, anschließend köcheln lassen und den Risottoreis hinzufügen. Dem Risotto unter ständigem Rühren nach und nach den restlichen Gemüsefond hinzufügen. Das Einweichwasser der Steinpilze ebenfalls hinzugeben, nach zehn Minuten Kochzeit die Pilze dazufügen und das Ganze bissfest garen. Abschließend die restliche Butter, den Parmesan und etwas Pfeffer zugeben und das Ganze gut verrühren. Das Lamm und das Risotto auf Tellern anrichten und mit der restlichen Petersilie garnieren.

Peter Schauer am 29. Oktober 2009

## Lamm-Lachs mit Mango-Chutney und Couscous

### Für zwei Personen

#### Für den Lammlachs:

2 Lammlachse à 200 g	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

#### Für das Chutney:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	1 Ingwer
1 Mango	$\frac{1}{2}$ Limette	1 EL Butter
2 EL Weißweinessig	2 rote Bird-Eye-Chilischoten	1 EL brauner Zucker
1 Prise Zimtpulver	1 Prise Kurkumapulver	Currypulver
Salz	schwarzer Pfeffer	

#### Für das Couscous:

200 g Instant-Couscous	1 Schalotte	3 Frühlingszwiebeln
1 Zitrone	1 Granatapfel	50 ml Olivenöl
1 EL Butter	50 ml Geflügelfond	1 EL weißer Balsamicoessig
50 g Pistazienkerne	1 Bund glatte Petersilie	gemahlener Kreuzkümmel
gemahlener Kümmel	Kurkumapulver	Rosenpaprika
Salz	schwarzer Pfeffer	

#### Für die Gurken-Raita:

$\frac{1}{2}$ Gurke	$\frac{1}{2}$ Limette	100 g Naturjoghurt
4 Zweige Minze	Salz	schwarzer Pfeffer

In einem Topf den Geflügelfond mit 100 Milliliter Wasser für das Couscous stark erhitzen. Den Backofen auf 80 Grad Warmhaltefunktion stellen.

Für das Couscous die Schalotte abziehen und fein würfeln und mit der Butter in einem Topf anbraten.

Die Zitrone halbieren. Eine Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Schale der anderen Hälfte abreiben und die Zitrone auspressen. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft und dem Couscous vermischen und mit dem heißen Brühwasser übergießen. Flüssigkeit nach und nach zugeben, sodass das Couscous aufquellen kann. Nur so viel Flüssigkeit dazu geben, wie der Couscous aufnehmen kann.

Die Pistazienkerne hacken und unterheben. Den Essig zum Couscous geben und ihn mit dem Kreuzkümmel, dem Kümmel, dem Kurkumapulver, der Rosenpaprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Granatapfel halbieren und aus einer Hälfte die Kerne herauslösen. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Petersilie hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Granatapfelkerne, die Petersilie und die Frühlingszwiebeln zum Couscous geben.

Für das Chutney die Schalotte abziehen und fein würfeln und mit der Butter in einem Topf anbraten. Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Eine Hälfte durch eine Presse zu den Schalotten geben. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Chilischoten in den Topf geben und am Stück mit braten. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und ebenfalls mit in den Topf geben. Vom Ingwer zwei Zentimeter abschneiden, schälen, sehr fein hacken und auch mit in den Topf geben. Alles ein wenig einköcheln lassen.

Die Limette halbieren. Eine Hälfte kann für die Gurken-Raita verwendet werden. Die Schale der anderen Hälfte abreiben und die Limette auspressen. Das Chutney mit dem Limettenabrieb und dem Saft abschmecken. Den Zucker und den Weißweinessig dazu geben und das Chutney bei geringer Hitze einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, dem Currypulver, dem Zimtpulver und dem Kurkumapulver abschmecken.

Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und von

allen Seiten scharf in einer Pfanne mit dem Öl, dem Rosmarin und dem Thymian anbraten. Die Lammfilets im Ofen warm stellen.

Für die Gurken-Raita, die Gurke schälen, halbieren und entkernen und in den Joghurt raspeln. Die Minze waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die halbe Limette auspressen. Den Joghurt mit der fein gehackten Minze und einem Teelöffel des Limettensafts glattrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Couscous in einem Servierring auf dem Teller anrichten. Das Lammfleisch in Scheiben schneiden, mit dem Chutney und der Gurkenraita auf dem Teller anrichten und sofort servieren.

Eva Minges am 25. März 2010

## Lamm-Lachs mit Ratatouille und Rosmarin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

350 g Lammlachse	400 g festk. Kartoffeln, klein	1 Zwiebel
1 große Fleischtomate	1 gelber Paprika	1 mittelgroße Zucchini
1 kleine Aubergine	3 Knoblauchzehe	Butterschmalz
Olivener Öl	2 Zweige Rosmarin	0,5 Bund Thymian
Safranpulver	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser gar kochen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Lammlachs waschen und trocken tupfen. Anschließend kurz anbraten und in den Ofen geben. Die Paprika-Schote schälen, vom Strunk und den Kernen befreien und in Streifen schneiden. Die Zucchini und die Aubergine ebenfalls waschen, von den Enden befreien und kleinschneiden. Die Fleischtomaten in kochendem Wasser kurz überbrühen und anschließend abziehen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und würfeln. Die Zwiebeln in der Pfanne anbraten, den Paprika zugeben und andünsten. Anschließend die Zucchini, die Aubergine sowie den Knoblauch zugeben. Den Rosmarin und den Thymian zupfen und kleinhacken. Das Ratatouille mit Salz, Pfeffer, Thymian und Rosmarin würzen und zehn Minuten dünsten lassen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, etwas Rosmarin hinzugeben und die gekochten Kartoffeln darin schwenken. Den Lammlachs mit dem Ratatouille und den Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Christine Wagenknecht am 15. Juni 2011



# Lamm-Lachs mit Roggenbrot-Kruste, Kartoffeln und Kohlrabi

## Für 2 Personen

200 g Lammlachs	4 Sch. Walliser Roggen Nussbrot	8 mehligk. Kartoffeln
2 Schalotten	2 Knoblauchzehen	2 Kohlrabi
2 TL Dijonsenf	125 ml Lammfond	250 ml Orangensaft
250 ml Rotwein	250 ml Schlagsahne	200 ml Gemüsefond
0,5 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Thymian	2 Zweig Rosmarin
1 EL Butterschmalz	4 EL Paniermehl	250 g Butter
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Kohlrabi schälen, in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit 50 Gramm Butter und dem Knoblauch anschwitzen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Gemüsefond auffüllen, köcheln lassen und mit ein wenig Schlagsahne binden. Die Petersilienblätter abzupfen, fein hacken und unter den Kohlrabi geben. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz rundherum anbraten. Die Schalotten abziehen, würfeln und in einer Pfanne mit 100 Gramm Butter anschwitzen. Anschließend mit dem Rotwein ablöschen, reduzieren lassen, den Thymian sowie ein Zweig Rosmarin dazugeben und leicht ziehen lassen. Den Lammfond hinzufügen und nochmals reduzieren lassen und mit Salz, Pfeffer und dem Orangensaft abschmecken. Das Roggenbrot in Scheiben schneiden, im Backofen knusprig rösten und in einem Zerkleinerer verarbeiten. Die Rosmarinadeln abzupfen und klein hacken. Das Lamm mit etwas Senf bestreichen, mit dem Roggenbrot bestreuen, den übrigen Rosmarin und etwas Paniermehl darüber verteilen und mit Butterflocken belegen. Das Ganze für sechs Minuten im Backofen garen. Die Kartoffeln abgießen und in einer Pfanne mit der übrigen Butter schwenken. Das Lamm mit den Kartoffeln und dem Kohlrabi auf Tellern anrichten und garnieren.

Günter Masteit am 13. Juli 2011

## Lamm-Lachs mit Sellerie-Püree und Aprikosenjus

### Für 2 Personen

2 Lammlachs, a 200 g	100 g Hähnchenbrustfilet	1 Kastenweißbrot
1 Sellerieknolle	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Muskatnuss	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Bund krause Petersilie	4 EL Aprikosenmarmelade, fein	1 TL Tomatenmark
2 EL Butter, kalt	1 TL Zucker	110 ml Sahne, kalt
200 ml Gemüsefond	200 ml Lammfond	20 ml Portwein
40 ml Noilly-Prat	1 EL Grand-Manier	1 EL Olivenöl
Butterschmalz	schwarzer Pfeffer	weißer Pfeffer
Salz		

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und in das Gefrierfach geben. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotte abziehen und den Sellerie schälen. Beides fein würfeln und in der Pfanne glasig anbraten. Das Ganze mit dem Noilly Prat ablöschen und dem Gemüsefond aufgießen. Alles weich garen lassen. Die Petersilie waschen, die Blätter zupfen und klein schneiden. Das angefrorene Hähnchenbrustfilet mit 100 Millilitern Sahne und der Petersilie in ein hohes Gefäß geben und zu einer Farce mixen. Die Thymianblätter und den Rosmarin zupfen, fein hacken und mit dem Portwein zur Farce hinzufügen. Alles mit Salz und weißem Pfeffer würzen. Aus dem Kastenbrot der Länge nach zwei Scheiben schneiden und die Kruste entfernen. Die Weißbrotscheiben mit der Farce bestreichen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und auf die Weißbrotscheiben setzen. Anschließend alles zu runden Rollen wickeln, so dass sich die Weißbrotseite außen befindet. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rollen darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Rollen aus der Pfanne nehmen und auf dem Rost im Backofen circa zehn Minuten fertiggaren. Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Knoblauchzehe abziehen, andrücken und zusammen mit dem Zucker und dem Tomatenmark im Topf anrösten. Alles mit dem Grand Manier ablöschen und mit dem Lammfond einkochen lassen. Anschließend mit der Aprikosenmarmelade abschmecken. Den inzwischen weich gekochten Sellerie abgießen und mit der Butter aufpürieren. Das Püree durch passieren und mit Muskat, Salz, Pfeffer und der restlichen Sahne abschmecken. Das Lamm aus dem Ofen nehmen und schräg anschneiden. Den Lammlachs im Wintermantel mit dem Selleriepüree und dem Aprikosenjus auf Tellern anrichten und servieren.

Max Ziegler am 27. Juli 2011

## Lamm-Lachs mit Spinat-Risotto

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 300 g	150 g Risottoreis	120 g Baby-Spinat
2 Zehen Knoblauch	1 Zwiebel	1 Limette, unbehandelt
600 ml Gemüsefond	2 El Sonnenblumenöl	30 ml Sesamöl
50 ml Olivenöl	40 g Butter	1 Muskatnuss
1 Chilischote, rot	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Paprikapulver, edelsüß	Salz	Pfeffer, schwarz

In einem Topf den Gemüsefond erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Eine Pfanne mit dem Sonnenblumenöl erhitzen und die Hälfte des Knoblauchs und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Risottoreis hinzugeben und kurz mitdünsten. Anschließend das Risotto mit 100 Millilitern Gemüsefond auffüllen und etwa 20 Minuten köcheln lassen. Den restlichen Gemüsefond unter ständigem Rühren nach und nach hinzufügen. Den Spinat wässern, trocken schleudern und vier Blätter zur Seite stellen. Die übrigen grob zerkleinern, zum Risotto geben und etwa die letzten acht Minuten mitköcheln. Für die Marinade Rosmarin und Thymian abzupfen, klein hacken und in einem Mörser mit 40 Millilitern Olivenöl verrühren. Für die Marinade die Limette halbieren und den Saft auspressen. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen, und ebenfalls in den Mörser geben. Das Ganze zerstoßen bis eine gleichmäßige Masse entsteht. Anschließend das Sesamöl, das restliche Olivenöl, den restlichen Knoblauch, etwas Limettensaft, Pfeffer, Salz und Paprikapulver unterrühren. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen, zusammen mit der Marinade in eine Schüssel geben und für zehn Minuten marinieren. Eine Pfanne erhitzen, die Lammlachse mit der Marinade hineingeben und für drei Minuten auf beiden Seiten braten. Muskatnuss reiben. Abschließend die Butter in das Risotto rühren und das Ganze mit Muskatnuss, Salz, Pfeffer und dem restlichen Limettensaft abschmecken. Die Lammlachse mit dem Spinatrisotto auf Tellern anrichten und mit den übrigen Spinatblättern garnieren.

Lena Endelmann am 22. Oktober 2009

# Lamm-Lachs, Rosmarin-Jus und Rote-Beete-Kartoffel-Püree

## Für 2 Personen

2 Lammlachse, à 300 g	2 Süßkartoffeln	1 Knolle Rote Beete, vorgegart
1 Bund glatte Petersilie	4 Zweige Rosmarin	1 TL Rosmarin, gemahlen
1 Prise Koriander	1 EL Senf, grobkörnig	300 g Butter
20 g Paniermehl	100 ml Kalbsfond	150 ml Rotwein
1 EL Portwein, rot	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Rote Beete schälen und in etwas kleinere Würfel schneiden. Die Kartoffeln und die Rote Beete knapp bedeckt etwa 20 Minuten weich kochen. Für die Kräuterbutter die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. 40 Gramm Butter mit einem halben Teelöffel gemahlenen Rosmarin, dem Paniermehl und dem Senf mit Hilfe einer Gabel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuterbutter auf die Oberseite jedes Filets streichen. Die Lammrückenfilets auf mittlerer Schiene im vorgeheizten Backofen etwa zehn Minuten rosa garen lassen. Für den Jus den Kalbsfond, den Rotwein, den Portwein sowie die zwei Rosmarinzweige in eine Pfanne geben und bei hoher Hitze auf knapp 100 Milliliter einkochen lassen. Anschließend die Rosmarinzweige entfernen. Die Kochflüssigkeit von den Kartoffeln und der Roten Beete in eine Tasse abschütten und das weiche Gemüse zu einem Püree zerstampfen. Etwa 200 Gramm Butter und etwas von der Kochflüssigkeit dazugeben und luftig aufschlagen. Mit Meersalz, Pfeffer und Koriander abschmecken. Etwa 40 Gramm Butter in einem Topf zerlaufen lassen. Die Soßenreduktion nochmals aufkochen, einen halben Teelöffel Rosmarinpulver dazugeben, die zerlaufene Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Filets aus dem Ofen nehmen und zugedeckt kurz stehen lassen. Anschließend in Scheiben schneiden. Das Filet mit dem Rote-Beete-Kartoffelpüree auf einem Teller anrichten und mit Rosmarinjus herum gießen, mit einem frischen Zweig Rosmarin garnieren und servieren.

Maja Fankhauser am 23. Januar 2011

## Lamm-Lachse auf Rosmarin-Spieß und Nudel-Salat

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 120 g	200 g Schmetterlingsnudeln	250 g Mayonnaise
2 Lauchzwiebeln	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
2 Zehen Knoblauch	1 Saure Gurke	0,5 Bund Petersilie, glatt
2 Zweige Rosmarin, groß	2 Zweige Thymian	2 Zweige Oregano
0,25 Bund Kapuzinerkresse	Butter	Butterschmalz
Pfeffer, schwarz	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Nudeln in Salzwasser gar kochen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Dann zu einer Schnecke drehen und auf einen Rosmarinweig stecken. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Lammschnecken in der Pfanne von allen Seiten anbraten. Anschließend das Lamm aus der Pfanne nehmen und in dem Ofen weiter garen. Die Mayonnaise in eine Rührschale füllen. Die Petersilie, Thymian und Oregano zupfen, fein hacken und unter die Mayonnaise rühren. Von der roten und gelben Paprika das Kerngehäuse entfernen und jeweils eine Hälfte in kleine Würfel schneiden. Die Lauchzwiebeln und zwei Knoblauchzehen abziehen. Die Lauchzwiebeln und saure Gurke klein schneiden, den Knoblauch zu einem Mus zerdrücken und in die Mayonnaise rühren. Die Lauchzwiebel, die rote und gelbe Paprika und saure Gurke ebenfalls in die Mayonnaise rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln abgießen und mit der Mayonnaise vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Lammlachse darin schwenken. Den Nudelsalat auf Tellern anrichten. Die Kapuzinerkresse zupfen und über den Salat geben und die Lammschnecken dazu anrichten.

Anne Schröder am 25. Mai 2010

## Lamm-Lachse auf winterlichem Salat

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 250 g	100 g Feldsalat	100 g Rucola
80 g Radicchio	6 Zweige Thymian	4 Zweige Rosmarin
5 Blätter Salbei, mit Stiel	1 Fladenbrot	Olivenöl
Aceto Balsamico	Trüffelöl	Butter
Zucker	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Lammlachse von beiden Seiten scharf anbraten. Das Fladenbrot in Stücke schneiden. Thymian, Salbei und Rosmarin zupfen und mit in die Pfanne geben. Die Pfanne in den Backofen schieben und zwölf Minuten garen. Feldsalat, Rucola und Radicchio waschen und trocken schleudern. Die Salate klein schneiden und in einer Schüssel vermengen. Drei Esslöffel Olivenöl, drei Esslöffel Balsamico, Pfeffer, Salz und eine Prise Zucker, in einer Schale verrühren und das Ganze mit dem Salat vermengen. Drei Esslöffel Trüffelöl über den Salat geben und erneut gründlich vermengen. Den Salat auf einem Teller anrichten. Die Lammlachse auf den Salat geben und mit dem restlichen Sud übergießen. Dazu das Fladenbrot reichen.

Lennart Borchardt am 29. Dezember 2009

## Lamm-Lachse im Blätterteig mit Paprika-Confit

### Für 2 Personen

2 Lammlachse a 300 g	1 Sch Parma-Schinken	1 Blätterteig
1 rote Zwiebel	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, unbehandelt	1 Ei
125 ml Gemüsefond	1 TL Dijon-Senf	1 TL braunen Zucker
1 TL Tomatenmark	2 TL Tabasco	1 Zweig glatte Petersilie
4 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Drei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin beidseitig anbraten und abkühlen lassen. Den Knoblauch abziehen und mit der Knoblauchpresse in eine Schüssel pressen. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die Zitronenschale abreiben. Den Senf mit der Petersilie und einer Messerspitze der Zitronenschale zu dem Knoblauch geben und verrühren. Anschließend das Fleisch gleichmäßig damit bestreichen und anschließend mit dem Schinken umwickeln. Das Ei trennen. Den Blätterteig der Länge nach halbieren und die Teigländer mit dem Eigelb bestreichen. Das Fleisch auf den Teig legen und einschlagen. Die Lammstückchen auf das Backblech legen, nochmals mit Eigelb bestreichen und auf der mittleren Schiene etwa 12 Minuten backen. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und das Fruchtfleisch in zentimetergroße Stücke schneiden. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und darin die Paprika, die Zwiebeln und den Zucker bei schwacher Hitze zehn Minuten dünsten. Anschließend das Tomatenmark einrühren und kurz mit rösten. Abschließend den Gemüsefond hinzufügen und das Ganze 15 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken. Das Lamm mit dem Paprikaconfit auf Tellern anrichten und servieren.

Ingrid Martinek am 15. Juli 2010

## Lamm-Lachse im Kartoffel-Mantel mit Karotten

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 200 g	500 g Kartoffeln, fest	200 g Karotten
40 g Semmelbrösel	2 Zehen Knoblauch	1 Bund Petersilie, glatt
1 Zweig Rosmarin	250 ml Lammfond	35 g Butter
2 EL Erdnussöl	Zucker	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen, grob raffeln, in zwei Portionen teilen und den Saft aus den Kartoffeln pressen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelraspeln nur von einer Seite goldbraun anbraten und anschließend mit der gebratenen Seite auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Lamm waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und in den Semmelbröseln wenden. Die Petersilie fein hacken und alles bis auf zwei Esslöffel auf die ungebratene Seite der Kartoffelrösti streuen. Anschließend das Fleisch auf die Rösti legen, mit dem Tuch einrollen und mit der Verschlussseite auf einem Rost im Backofen etwa 15 Minuten garen. Zehn Gramm Butter in einem Topf erhitzen. Die Karotten schälen, in schräge Scheiben schneiden, in die Butter geben, mit Salz und Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Anschließend etwa 20 Minuten mit den ungeschälten Knoblauchzehen weiterschmoren lassen, die restliche Petersilie hinzufügen und das Ganze mit Pfeffer abschmecken. Für die Soße einen Topf mit dem Lammfond und dem Rosmarinzweig auf die Hälfte reduzieren lassen. Anschließend den Rosmarinzweig der Soße entnehmen, die restliche Butter in mehreren Stücken unterrühren, und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lamm mit der Soße und den karamellisierten Karotten auf Tellern anrichten und servieren.

Hartmut Götz am 30. September 2009

## Lamm-Lachse mit Couscous und Speck-Bohnen

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 200 g	200 g Couscous	200 g Bohnen
5 Scheiben Frühstücksspeck	1 Zweig Rosmarin	3 EL Butter
5 EL flüssiger Honig	250 ml Sojasauce	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in der Pfanne scharf anbraten. Anschließend für circa sieben Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Zwei Töpfe mit Wasser aufsetzen. In einem die Bohnen kochen und in dem zweiten Topf den Couscous aufkochen. Anschließend zwei Esslöffel Butter unter den Couscous heben. In einem weiteren Topf die Sojasauce mit dem Honig vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend den Rosmarin klein schneiden, hinzufügen und das Ganze erhitzen. Die gekochten Bohnen mit dem Frühstücksspeck ummanteln und in der Pfanne, die bereits für die Lammlachse benutzt wurde, rundherum anbraten. Die Lammlachse mit dem Couscous und den Speckbohnen auf einem Teller anrichten, mit der Soja-Honig-Sauce garnieren und servieren.

Leonie Steinbrück am 26. Oktober 2011

## Lamm-Lachse mit Feta-Bohnen

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 200 g	100 g Fetakäse	300 g Keniabohnen, fein
2 Tomaten	1 Zehe Knoblauch	1 Bund Minze
0,5 Bund Bohnenkraut	0,5 Bund Petersilie, glatt	1 TL Paprikapulver, süß
125 ml Schlagsahne	2 Stängel Oregano, frisch	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomaten in kochendes Wasser geben. Anschließend abschrecken, die Haut abziehen und in Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und in feine Stücke schneiden und zusammen mit der Minze, dem Bohnenkraut, der Blattpetersilie, dem Paprikapulver, Meersalz und zwei Esslöffel Olivenöl zu einer Pesto vermengen. Das Fleisch abwaschen, trocken tupfen, mit der Pesto marinieren und in Frischhaltefolie einlegen, das Ganze für circa 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in einer Pfanne die Lammlachse bei mittlerer Hitze gar werden lassen. Anschließend für 15 Minuten im Backofen warmstellen. Die Bohnen putzen und im Salzwasser gar kochen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die klein gewürfelten Tomaten darin andünsten. Mit der Sahne ablöschen und circa zehn Minuten köcheln lassen. Den Oregano zupfen und fein hacken und hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Ofen warmstellen. Die fertigen Bohnen abgießen und in eine Schüssel geben. Den Fetakäse klein schneiden und darüber verteilen, die Tomatensoße hinzugeben. Die Lammlachse zusammen mit den Bohnen, Fetakäse und Tomatensoße auf Tellern anrichten.

Daniel Jauslin am 11. Februar 2010

## Lamm-Lachse mit Paprika-Gemüse, Rosmarin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

2 Lammlachse a ca. 300 g	400 g Kartoffeln, fest	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika	1 orange Paprika
3 rote Zwiebeln	250 ml Gemüsefond	2 TL Rapsöl
3 TL Olivenöl	1 EL Butterschmalz	1 EL Butter
1 Knolle Knoblauch	2 Zweige Rosmarin	1 Zweig Thymian
Salz	Chilisalz	Meersalz
schwarzer Pfeffer		

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Wasser in einem Topf erhitzen und die Kartoffeln darin gar kochen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen und mit Salz würzen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammlachse darin von beiden Seiten anbraten. Die Knoblauchknolle halbieren und sie mit einem Zweig Thymian und einem Zweig Rosmarin kurz mit in die Pfanne geben. Anschließend die Lammlachse für 20 Minuten in den Ofen geben. Die Paprikaschoten halbieren und von den Scheidewänden befreien, schälen und klein schneiden. Die Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz schmelzen lassen und die Zwiebeln darin anbraten. Anschließend die Paprika dazugeben. Mit dem Gemüsefond ablöschen und sechs Minuten garen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Chilisalz würzen und einen Esslöffel Butter dazugeben. Die Kartoffeln halbieren und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Die Nadeln von einem Rosmarinweig zupfen und zu den Kartoffeln geben. Anschließend mit Pfeffer und Meersalz würzen. Die Lammlachse auf einem Teller anrichten und das Paprikagemüse und die Kartoffeln dazugeben.

Eva Hülsenbeck am 15. März 2010



## Lamm-Lachse mit Pilz-Risotto und Kirsch-Tomaten

### Für 2 Personen

400 g Lammlachs	100 g Risottoreis	100 g Parmesan
12 Kirschtomaten, am Strauch	100 g Steinpilze	5 Stangen Thaispargel
50 g Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	60 g Butter
Butterschmalz	Olivenöl	200 ml trockener Weißwein
500 ml Rinderfond	1 Lorbeerblatt	2 Zweige Rosmarin
schwarze Pfefferkörner	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Rinderfond erwärmen. Die Lamm-lachse waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit etwas Butterschmalz und Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Die Knoblauchzehe halbieren. Das Fleisch mit Pfeffer, Salz, Knoblauch und den Rosmarinzweigen würzen. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben und die Pfanne mit dem Bratensud beiseite stellen. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken. Die But-ter in einem Topf zerlassen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Anschließend den Arborio-Risottoreis hinzugeben und mit dem Weißwein ablöschen. Das Ganze immer wieder mit dem warmen Fond aufgießen. Die Pilze putzen und klein schneiden. Die Pilze in der Pfanne mit dem Bratensud anbraten. Den Parmesan reiben und unter das Risottoreis geben. Die Kirschtomaten putzen und in einem Topf mit etwas Olivenöl, dem Lorbeerblatt und ein paar Pfefferkörnern bei kleiner Hitze erwärmen. Das Ganze mit einem Deckel zudecken. Nun die Pilze unter das Risottoreis heben und alles noch einmal würzen. Den Thaispargel kurz in einer Pfanne anbraten und würzen. Die Lammlachse mit dem Pilzrisotto und den Kirschtomaten auf Tellern anrichten, mit dem Thaispargel garnieren und servieren.

Gisela Nießbeck am 03. November 2011

## Lamm-Lachse mit Speck-Kroketten und Sellerie

### Für 2 Personen

1 Lammlachs, a 300 g	150 g magere Speckwürfel	230 g Mehl
3 Eier	1 Bund Stangensellerie	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer	1 Muskatnuss
10 Wacholderbeeren	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
1 Zweig Majoran	5 Pimentkörner	1 EL Speisestärke
100 g Semmelbrösel	300 ml Lammfond	100 ml Rotwein
4 cl Gin	375 ml Milch	2 EL Butter
Butterschmalz	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Die Lammlachse anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen, in Alufolie einwickeln und in dem Ofen gar ziehen lassen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Speckwürfel waschen, trocken tupfen und anbraten. Anschließend bei einem Ei das Eigelb vom Eiweiß trennen. Das Eigelb mit einem weiteren Ei und den Speckwürfeln in einem Zerkleinerer zerhacken. Die Muskatnuss reiben. Die Butter in einem Topf schmelzen und drei Esslöffel Mehl einrühren. Anschließend mit der Milch angießen. Dann mit Salz, Pfeffer und einer Messerspitze Muskatnuss würzen. Die Ei-Speckmasse unterrühren, bis die Masse eingedickt ist. Anschließend abkühlen lassen. Für die Stangensellerie die Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Stangensellerie klein schneiden. Die Zwiebel und die Stangensellerie in einer Pfanne anschwitzen, mit dem Gin, dem Rotwein, und dem Lammfond ablöschen und anschließend einreduzieren lassen. Für das Teesieb den Rosmarin, den Thymian und den Majoran zupfen und klein hacken. Die Wacholderbeeren zerdrücken. Die Pimentkörner zerquetschen Die Knoblauchzehen abziehen und klein hacken. Von dem Ingwer zwei Scheiben abschneiden. Den Rosmarin, den Thymian, den Majoran, die Wacholderbeeren, die Pimentkörner, die Knoblauchzehen und das Ingwer in das Teesieb geben und in der Pfanne mit dem Stangensellerie einlegen. Aus der Mehl-Ei-Speckmasse Kroketten formen. Das dritte Ei trennen und mit dem anderen Eiweiß vermengen. Die Kroketten in dem Ei und den Semmelbröseln wenden. Anschließend frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Speisestärke zu der Stangensellerie geben und aufkochen lassen. Das Teesieb entfernen. Die Lammlachse aus dem Ofen nehmen und mit dem Stangensellerie auf einem Teller anrichten. Die Kroketten beilegen.

Helmut Woywod am 31. Mai 2011

## Lamm-Lachse mit Taboulé und Joghurt-Minz-Soße

### Für 2 Personen

2 Lammlachse a 160 g	100 g Couscous, schnellkochend	2 Tomaten
1 Schalotte	1 Salatgurke	5 Oliven, grün
5 Oliven, schwarz	1 Zitrone	1 Limette
1 Zehe Knoblauch	1 Bund Petersilie, glatt	1 Bund Zitronenmelisse
1 Bund Minze	400 g Magerjoghurt	7 EL Olivenöl
1 EL Sojasoße	Puderzucker	Chilipulver
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Drei Esslöffel Zitronensaft mit 225 Milliliter Wasser und der Sojasoße vermengen und über den Couscous gießen. Den Couscous quellen lassen und mit einer Gabel auflockern. Den Knoblauch und die Schalotte abziehen und klein hacken. Die Blätter von der Hälfte der Petersilie und der Hälfte der Zitronenmelisse abzupfen und ebenfalls klein hacken. Mit drei Esslöffeln Olivenöl sowie etwas Salz und Pfeffer in einer Salatschüssel vermengen. Die Tomaten vom Strunk befreien, entkernen und klein schneiden. Die Hälfte der Gurke schälen und in Würfel schneiden. Die Oliven klein hacken. Die Tomaten, Gurken und Oliven ebenfalls in die Salatschüssel geben und vermengen. Anschließend den Couscous unterheben und ziehen lassen. Die Limette halbieren und auspressen. Die Hälfte der Minzeblätter abzupfen und fein hacken. Den Joghurt in eine Schüssel geben und mit dem Limettensaft, der Minze und einem Teelöffel Olivenöl vermengen. Anschließend mit Chilipulver und Puderzucker abschmecken und ziehen lassen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Anschließend in einer Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen und die Filets darin von allen Seiten anbraten. Zusammen mit dem Taboule und der Joghurt-Minz-Soße auf Tellern anrichten.

Svetlana Knezevic am 04. Januar 2010

## Lamm-Lachse, Kartoffel-Gratin, Frühling-Gemüse

### Für 2 Personen

3 Lammlachs a 150 g	8 mehligk. Kartoffeln	5 Stangen weißer Spargel
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Möhren
100 g Zuckerschoten	1 Zweig Thymian	30 g Parmesan
50 g grober Dijonsenf	100 ml Honig	200 ml Sahne
300 ml Gemüsebrühe	100 g Butter	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Auflaufform einfetten. Die Kartoffeln schälen, in Scheiben hobeln und in der Form schichten. Hundert Milliliter Sahne mit Salz und Pfeffer verquirlen. Den Parmesan darüber raspeln und in den Ofen stellen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Das Lammfleisch waschen und abtupfen. Anschließend das Fleisch anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und zum Warmhalten mit einer Alufolie abdecken. Den Spargel schälen, die Möhren klein schneiden und die Zuckerschoten in dem Gemüsefond dünsten. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Bratenansatz mit dem Senf einrühren und mit dem Rest der Sahne ablöschen. Anschließend mit aufkochen, den Honig einrühren und abschmecken. Das Lamm in Scheiben schneiden. Anschließend mit der Sauce, dem Gemüse und der Auflaufform anrichten.

Diana Nix am 22. Juni 2011

## Lamm-Lachse, Kartoffel-Sellerie-Stampf, Schalotten

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	100 g Knollensellerie	100 g mehligk. Kartoffeln
10 Schalotten	3 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer, klein
10 Zweige Thymian	3 Zweige Rosmarin	1 Muskatnuss
100 ml Sahne	100 ml Milch	100 ml trockener Rotwein
100 ml Gemüfefond	20 g Zucker	Butter
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln und den Sellerie schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Milch und die Sahne zusammen zum Kochen bringen und die Kartoffel- und Selleriestücke darin weichkochen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Lammlachse zusammen mit dem Ingwer, Rosmarin und sechs Zweigen Thymian anbraten. Danach für circa fünfzehn Minuten in den Backofen geben. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotten in Spalten und den Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Schalotten und den Knoblauch darin anbraten. Den restlichen Thymian zupfen und ebenfalls in die Pfanne geben. Das Ganze mit Rotwein und Geflügelfond aufgießen und einkochen lassen. Einen Esslöffel Butter und etwas Zucker zugeben. Die Kartoffeln und den Sellerie stampfen und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Das Püree zusammen mit den Rotweinschalotten auf Tellern anrichten. Die Lammlachse aus dem Ofen nehmen, aufschneiden und neben dem Püree anrichten.

Dagmar Lux am 28. November 2011

## Lamm-Mignon mit Waldpilzen, Tagliatelle, Rahm-Soße

### Für 2 Personen

3 Lammignons, a 180 g	60 g Tagliatelle	200 g kleine Waldpilze
2 Schalotten	300 g krause Petersilie	1 Knolle Knoblauch
50 g Butter	20 ml Doppelrahm	20 ml Sahne (35 %)
20 ml Weißwein	Butter	Erdnussöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Die Petersilie zupfen und etwa sechs Minuten in Salzwasser blanchieren. Anschließend abtropfen und in einem Tuch ausdrücken. Die Tagliatelle in Salzwasser gar kochen. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten hineingeben und schaumig werden lassen. Die Petersilie und den Doppelrahm hinzufügen und alles zweimal aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Eine Pfanne ohne jegliches Fett erhitzen und die Waldpilze dazugeben. Wenn der Saft der Waldpilze verdampft ist, die Butter und den Knoblauch begeben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Sahne aufgießen. Den restlichen Knoblauch abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit etwas Erdnussöl anbraten. Anschließend mit dem Weißwein und dem Rahm ablöschen und einkochen lassen. Die Lammignons waschen und trocken tupfen. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Lamm- Mignons von beiden Seiten anbraten. Das Lamm, die Tagliatelle, das Petersilien-Gemüse, die Waldpilze und die Knoblauch-Rahmsoße auf einem Teller anrichten und servieren.

Christian Bondolfi am 31. Januar 2011

## Lamm-Rücken aus dem Heu, Rosmarin-Soße, Röstkartoffeln

### Für 2 Personen

2 Lammrücken	6 Kartoffeln, Drillinge	1 Zwiebel
2 Zweige Rosmarin	1 Bund Liebstöckel	1 Bund Zitronenmelisse
500 g Heu	100 g Butter	150 ml Lammfond
150 ml trockener Rotwein	20 ml Weinbrand	Zucker
Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in kochendes Salzwasser geben. Den Lammrücken mit Salz, Pfeffer, Rosmarin, Liebstöckel und Zitronenmelisse würzen. Die Zwiebeln abziehen, würfeln und zusammen mit einem Rosmarinzweig und dem Zucker in 25 Gramm Butter andünsten. Mit Weinbrand und Rotwein ablöschen und den Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei mittlerer Hitze kochen. Das Lamm scharf in der Pfanne anbraten. Das Heu in einen Bräter streuen und mit etwas Wasser begießen. Den Lammrücken darauflegen und in den Backofen stellen. In eine Pfanne weitere 25 Gramm Butter geben, Kartoffeln aus dem Wasser nehmen und in der Pfanne anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen und die restliche Butter flöckchenweise in den Fond geben. Das Lamm aufschneiden, auf der Soße anrichten und die Röstkartoffeln dazugeben. Mit Kräutern garnieren und servieren.

Ulrich Schmidl am 16. Februar 2011

## Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel mit Karotten

### Für 2 Personen

400 g Lammrücken, ausgelöst	250 g Kartoffeln, fest	250 g Pastinaken
30 g Semmelbrösel	30 g eiskalte Butter	1 Zweig Rosmarin
1/2 Zweig glatte Petersilie	250 ml Kalbsfond	2 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze oder 230 Grad Umluft vorheizen. Die Teller vorwärmen. Den Lammrücken waschen, trocken tupfen, von Fett und Sehnen befreien und in zwei Portionen teilen. Die Kartoffeln waschen, schälen, grob reiben und ebenfalls in zwei Portionen teilen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und zwei Kartoffelpuffer auf jeweils einer Seite darin goldbraun braten. Anschließend die Kartoffelpuffer aus der Pfanne nehmen und sie mit der gebratenen Seite auf ein Küchentuch legen, das überschüssiges Fett aufsaugt. Das Lammfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in den Semmelbröseln wenden. Die Petersilie feinhacken, auf die rohe Seite der Kartoffelpuffer geben, das Fleisch darauflegen und einrollen. Alles auf das Rost in den Backofen geben und für etwa 15 Minuten backen. Den Kalbsfond mit dem Rosmarinzweig in einem Topf aufkochen und einreduzieren lassen. Anschließend den Rosmarinzweig entfernen, die eiskalten Butterflocken in den Kalbsfond einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammrücken im Kartoffelmantel in drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden, auf einem Teller anrichten, die Sauce darüber geben und servieren.

Tina Meier am 22. September 2011

## Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel

### Für 2 Personen

300 g Lammrücken, ausgelöst	400 g festk. Kartoffeln	5 junge Möhren
200 g grüne Bohnenkerne	1 Knoblauchzehe	25 g Semmelbrösel
0,5 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Rosmarin	25 g Butter, kalt
40 g Butter	3 EL Sonnenblumenöl	250 ml Lammfond
Zucker	schwarzer Pfeffer	Meersalz
Salz		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Petersilie abzupfen und fein hacken. Die Kartoffeln schälen, in feine Streifen hobeln, ausdrücken und auf Küchenpapier abtropfen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelstreifen darin zu einem großen Kartoffelpuffer auf einer Seite goldbraun backen. Mit der goldbraunen Seite nach unten auf ein Küchenpapier legen und die oben liegende Seite mit Petersilie bestreuen. Das Lammfleisch waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in den Semmelbröseln wenden. Das Lamm auf den Kartoffelpuffer geben, das Fleisch damit umwickeln, die Kartoffelmasse gut andrücken und an den Seiten verschließen. Das Lamm im Kartoffelmantel auf ein Ofengitter geben und etwa 15 Minuten rosa garen. Den Lammfond in einem Topf erhitzen, den Rosmarinzweig dazugeben und auf die Hälfte reduzieren. Anschließend den Rosmarinzweig entfernen. Die Möhren putzen, von den Enden befreien, schälen und der Länge nach halbieren. 40 Gramm Butter in einem Topf erhitzen, die Möhren hineingeben, mit Salz und Zucker würzen, die ungeschälte Knoblauchzehe mit hinein geben und alles zugedeckt bei schwacher Hitze sieben Minuten karamellisieren lassen. Anschließend den Deckel vom Topf nehmen und die Möhren weitere sieben Minuten ziehen lassen. Eine Schale mit Eiswasser bereit stellen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Bohnenkerne darin etwa vier Minuten blanchieren, abgießen, in das Eiswasser geben und abtropfen lassen. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen. Die kalte Butter in kleine Stücke schneiden. Den Lammfond mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter aufmontieren. Den Lammrücken im Kartoffelmantel mit den Möhren, den Bohnen und der Lammsoupe auf Tellern anrichten und servieren.

Sarah Hemmerling am 14. Oktober 2010

## Lamm-Rücken mit glasierten Süßkartoffeln und Rotwein-Soße

### Für 2 Personen

2 Lammlachs, a 200 g	2 große Süßkartoffeln	1 Zwiebel
1 Karotte	5 Champignons	1 Sellerieknolle
6 Zweige Rosmarin, frisch	1 TL Tomatenmark	1 TL Speisestärke
250 ml Rotwein, trocken	400 ml Lammbrühe	200 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne	Butter	Pflanzenöl
Zucker	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Lammrücken waschen und trocken tupfen. Anschließend das Fleisch von allen Seiten anbraten und in den Backofen geben. Die Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Den Gemüsefond mit der Sahne erhitzen und die Süßkartoffeln darin gar kochen. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Die Karotte, den Sellerie schälen und mit den Champignons würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse in darin anbraten. Das Tomatenmark dazugeben und das Ganze mit dem Rotwein ablöschen. Den Rosmarin abzupfen und fein hacken. Anschließend gemeinsam mit dem Lammfond in die Pfanne geben und reduzieren. Die Soße mit der Speisestärke binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Butter dazugeben. Zum Schluss das Lamm zusammen mit den Süßkartoffeln und der Soße auf einem Teller anrichten.

Felicitas Then am 23. Juni 2011

# Lamm-Rücken mit Rotwein-Ketchup und Bulgur-Salat

## Für 2 Personen

1 Lammrücken, á 250 g	200 g groben Bulgur	2 Gemüsezwiebeln
2 Knoblauchzehen	1 Chili-Schote	2 rote Paprikas
1 Limette	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 Bund Koriander	50 g Tomatenmark	20 g Kreuzkümmelpulver
50 g Zucker	250 g Butter	100 ml Weißwein
200 ml Rotwein	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für eine Gewürzmischung den Thymian, den Kreuzkümmel und den Rosmarin zupfen. Eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Alles zusammen mit Salz in der Küchenmaschine zu Pulver verarbeiten. Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und in der Gewürzmischung wälzen. Olivenöl und etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Lammrücken darin anbraten und anschließend in den Ofen geben. Für den Rotweinketchup den Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und mit dem Tomatenmark abbinden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für den Bulgur etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln und die zweite Knoblauchzehe abziehen, klein hacken und andünsten. Den Bulgur dazugeben und anrösten. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen. Wasser und Salz hinzugeben und köcheln lassen. Für den Bulgur die Paprikas halbieren, vom Strunk und Kerngehäuse befreien, abfackeln, schälen und klein hacken. Die Chili-Schote der Länge nach aufschneiden, den Strunk und das Kerngehäuse entfernen und klein hacken. Den Koriander zupfen und klein hacken. Die Paprika, die Chili-Schote und den Koriander mit etwas Butter unter den Bulgur heben. Die Limette teilen und auspressen. Den Bulgur mit Salz, Pfeffer, dem Olivenöl und dem Limettensaft abschmecken. Den Lammrücken aus dem Ofen nehmen und mit dem Bulgur auf einem Teller anrichten.

Stephan Kahl am 01. Juni 2011



## Lamm-Rücken mit Rotwein-Soße und Zucchini-Reibekuchen

### Für 2 Personen

400 g Lammrücken, ausgelöst	1 Zucchini	5 Knoblauchzehen
300 g Gerstenflocken	4 Eier	2 Zweige Thymian
1 EL Crème-fraîche	250 ml Rotwein	250 ml Lammfond
Olivenöl	10 g schwarze Pfefferkörner	schwarzer Pfeffer
Salz		

Die Zucchini putzen, von den Enden befreien und raspeln. Drei Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden. Die Eier aufschlagen und zu den Zucchini geben. Die Zucchini, die Eier, den fein geschnittenen Knoblauch und die Gerstenflocken miteinander vermengen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zucchini-Masse zu Röstis formen und darin ausbacken. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen und durch die Knoblauchpresse geben. Die Pfefferkörner zerstoßen. Den Thymian zupfen und fein hacken. Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und mit dem Knoblauch, dem Pfeffer, Salz und dem Thymian einreiben. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Lammrücken darin von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend das Ganze mit dem Rotwein ablöschen und etwa 15 Minuten bei kleiner Hitze braten. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und die Crème-fraîche, den restlichen Rotwein und den Lammfond in den Bratenrückstand einrühren. Die Zucchini-Reibekuchen auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Lammrücken mit der Rotweinsoße und den Zucchini-Reibekuchen auf Tellern anrichten und servieren.

Karl Winter am 18. Oktober 2010

## Lamm-Rücken, Minz-Soße, Kartoffel-Püree, Zucker-Schote

### Für 2 Personen

2 ausgelöste Lammrückenfilets	4 mehligk. Kartoffeln	125 g Zuckerschoten
2 Knoblauchzehen	0,5 Bund Minze	2 Zweige Rosmarin
1 Muskatnuss	3 EL Johannisbeergelee	120 ml trockener Weißwein
2 EL Rotweinessig	4 EL Sahne	Butter
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen, andrücken und das Fleisch damit einreiben. Mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Die Knoblauchzehen und die Rosmarinzwige mit in die Pfanne legen. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und zum Weitergaren in den Ofen geben. Die Rosmarinzwige oben auf legen. Für die Soße den Bratensud mit dem Weißwein aufgießen. Den Rotweinessig und das Johannisbeergelee unterrühren. Einen Esslöffel Butter zu geben. Die Knoblauchzehen entfernen. Die Minzblätter zupfen, fein hacken und zu der Soße geben. Das Ganze pürieren. Die Kartoffeln abgießen und stampfen. Mit etwas Butter und der Sahne vermengen. Je nach Geschmack etwas mit der geriebenen Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Die Zuckerschoten kurz in heißem Wasser blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin schwenken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Die Zuckerschoten zugeben. Das Püree neben den Zuckerschoten anrichten und das Fleisch mit der Minzsoße übergießen.

James Boyd am 11. August 2010

# Lamm-Rücken-Filet mit Pfannkuchen und Hülsenfrüchten

## Für 2 Personen

300 g ausgelöstes Lammrückenfilet	100 g Erbsen	80 g Mais
8 Dörrpflaumen	5 Eier	2 EL Butter
100 ml Lammfond	120 ml Schlagsahne	3 EL braunen Soßenbinder
5 Lorbeerblätter	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Lavendel	2 Zweige Bergbohnenkraut	2 Zweige Oregano
2 Zweige Salbei	Paniermehl	Zucker
Mehl	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 80 Grad Ober/Unterhitze vorheizen. Die Lammrückenfilets waschen und trocken tupfen. Die Blätter des Lorbeers, des Thymian, des Lavendel, des Bergbohnenkrauts, des Oregano, des Salbei sowie die Nadeln des Rosmarins abzupfen und klein hacken. Das Paniermehl mit der Kräutermischung vermengen. Zwei Eier in einer Schüssel verquirlen. Anschließend die Filets zuerst in Mehl, dann in den Eiern und anschließend in der Paniermehlmischung wenden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin rosa braten. Anschließend in den Backofen geben und bis zum Anrichten warm halten. Für die Pfannkuchen die Erbsen abtropfen lassen und mit dem Mais, den übrigen Eiern, 20 Millilitern Sahne, einer guten Prise Zucker, etwas Salz und Pfeffer vermengen und bei Bedarf mit Mehl andicken. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und aus der Masse kleine Pfannkuchen ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Für die Dörrpflaumensoße den Lammfond und die übrige Sahne zusammen in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Die Dörrpflaumen hinzugeben, bei Bedarf den Soßenbinder einrühren und weitere zehn Minuten ziehen lassen. Die Lammrückenfilets und Pfannkuchen auf Tellern anrichten und mit der Dörrpflaumensoße garnieren.

Christoph Lenger am 12. Juli 2010

## Lamm-Streifen in Honig-Crème-fraîche mit Rösti

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	200 g festk. Kartoffeln	50 g geschälte Pecannüsse
1 Zwiebel	100 g Crème-fraîche	1 EL Butter
1 EL Butterschmalz	2 EL Blütenhonig	100 ml Bratenfond
1 Olivenöl	2 Zweige Thymian	1 EL grüne Pfefferkörner
1 schwarzer Pfeffer	Meersalz	

Den Backofen auf 60 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und reiben. Die Butter unter die Kartoffelmasse geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelmasse zusammendrücken, kleine Rösti formen und goldbraun braten. Die fertigen Rösti im Ofen warmhalten. Die Pecannüsse klein hacken. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls klein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und in schmale Streifen schneiden. Das Fleisch von beiden Seiten etwa zwei Minuten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die gehackte Zwiebel und die gehackten Nüsse in derselben Pfanne leicht in dem Bratensatz vom Lamm anrösten. Den Bratenfond dazugeben, einkochen lassen und mit Salz und etwas gemahlenem grünem Pfeffer würzen. Die Crème-fraîche und den Honig einrühren und das Ganze aufkochen lassen. Die Lammstreifen unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ein paar Thymianblätter hinzugeben. Die Lammstreifen in Honig-Crème-fraîche mit den Rösti auf Tellern anrichten und servieren.

Heinz-Dieter Niemeyer am 09. Februar 2011

## Mediterranes Lamm-Filet an Rotwein-Jus, Kartoffel-Gratin

### Für 2 Personen

2 Lammfilets, a 200 g	5 Kartoffeln, fest	3 Schalotten
250 ml Rotwein, trocken	350 ml Gemüfefond	200 ml Kräuterquark
150 ml Sahne	2 EL Speisestärke	6 Zehen Knoblauch
5 Zweige Rosmarin	1 Muskatnuss	1 TL Honig, flüssig
Butter	Olivenöl	Salz
Pfeffer schwarz		

Den Ofen auf 250 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Für das Kartoffelgratin die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden und in die eingebuttrerten Auflaufformen geben. Zwei Zehen Knoblauch abziehen und sehr fein schneiden. Zwei Zweige Rosmarin zupfen und fein hacken. Den Kräuterfrischkäse mit der Sahne, dem Gemüfefond, dem Knoblauch und dem Rosmarin verrühren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken und über die Kartoffeln geben. Anschließend die Auflaufformen für 20 Minuten in den Ofen schieben. Die Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in etwas Olivenöl rundum anbraten. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen, halbieren und mit den verbleibenden Rosmarinzweigen zu dem Fleisch geben. Anschließend die Lammfilets mit dem Knoblauch und dem Rosmarin in Alufolie einschlagen und bei Seite stellen. Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in dem Bratensud glasig anschwitzen. Anschließend das Ganze mit Rotwein ablöschen, aufkochen lassen und mit dem Gemüfefond wieder auffüllen. Die Speisestärke mit etwas Wasser verrühren und die Soße damit binden. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken. Zum Schluss die Lammfilets in der Soße noch einmal wenden und schließlich mit dem Kartoffelgratin auf Tellern anrichten.

Isabell Wiethe am 21. Dezember 2009

## Provenzalisches Lamm-Filet mit Polenta-Talern

### Für 2 Personen

1 Lammfilet, á 350 g	200 g schnelle Polenta	1 Fleischtomate
2 Knoblauchzehen	1 Zwiebel	100 g Parmesan, im Stück
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Basilikum	3 Zweige Thymian
1 EL Butter	500 ml Hühnerfond	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehen abziehen und die Pfanne damit ausreiben. Anschließend etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Lammfilet mit dem Rosmarin anbraten. Anschließend zum Warmhalten in den Ofen stellen. Für die Tomaten-Mischung etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Den Strunk der Tomate und die Kerne entfernen und die Tomaten in kleine Würfel schneiden. Das Basilikum zupfen. Einen Zweig Thymian zupfen. Die Zwiebel, die Tomate und das Basilikum andünsten. Für die Polentataler den Hühnerfond in einem Topf erhitzen. Die Polenta und die Thymianzweige dazugeben. Mit Salz würzen. Die Butter hinzufügen. Den Parmesan hinein reiben. Die Thymianzweige entfernen und die Polenta auf einem Brett abkühlen lassen. Anschließend in passende Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Polentataler anbraten. Das Lammfilet aus dem Ofen nehmen. Die Tomaten-Mischung, die Polentataler und das Fleisch auf einem Teller anrichten.

Carolin Bendel am 01. Juni 2011

## Rosa gebratene Lamm-Rücken-Würfel mit Bohnen und Minze

### Für 2 Personen

300 g Lammrücken	100 g Wachsbohnen	100 g Buschbohnen
100 g breite Bohnen	2 Schalotten	1 Bund Blattpetersilie
1 Zweig Minze	1 Zweig Bergbohnenkraut	1 TL Stärke
500 ml Gemüsefond	30 ml Sahne	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammfleisch waschen und trocken tupfen. Anschließend in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Das Lammfleisch darin fünf Minuten goldbraun anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Deckel auf die Pfanne geben und zum Warmhalten in den Ofen stellen. Die Buschbohnen in vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Schalotten abziehen und klein hacken. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Die breiten Bohnen in den Topf geben und nach drei Minuten die restlichen Bohnen dazugeben. Die Bohnen mit Gemüsefond bedecken und unter kräftigem Schwenken kochen. Das Bergbohnenkraut abzupfen, klein hacken und nach zehn Minuten dazugeben. Einen halben Teelöffel Stärke in Wasser anrühren. Wenn der Gemüsefond um zwei Drittel eingekocht ist, die Bohnen mit der Stärke abbinden. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen und kurz erhitzen. Anschließend mit dem Rest der Stärke abbinden, so dass die Sauce fast völlig am Fleisch haftet. Die Minze abzupfen und klein hacken. Die Sahne schlagen. Kurz vor dem Anrichten die Minze zupfen, zu dem Fleisch geben und mit der Sahne unter die Bohnen ziehen. Die Blattpetersilie zupfen und in dünne Fäden schneiden. Das Fleisch zusammen mit den Bohnen auf Tellern anrichten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und der Blattpetersilie garnieren.

Carmen Gerster am 07. April 2011

## Rotwein-Radicchio-Risotto mit Lamm-Lachs

### Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	150 g Risottoreis	2 Schalotten
1 kleiner Radicchio	100 g Parmesan, am Stück	800 ml Geflügelfond
300 ml trockener Rotwein	200 ml trockener Weißwein	1 EL Johannisbeergelee
1 EL Butter	4 EL Olivenöl	2 Zweige Rosmarin
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Rotwein in einem kleinen Topf aufkochen und bei mittlerer Hitze auf 50 Milliliter einkochen lassen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammlachse darin von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen, einen Rosmarinzweig dazulegen und im Ofen 15 Minuten weitergaren. Die Schalotten abziehen, klein schneiden und mit dem restlichen Öl in einem Topf andünsten. Den Risottoreis dazugeben und 2 Minuten lang mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und den Wein verkochen. Den Geflügelfond nach und nach dazugeben, bis der Reis bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze 20 Minuten garen. Den Radicchio waschen und in feine Streifen schneiden. Den Parmesan reiben und mit der Butter unter den Reis geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und den Rotwein und das Johannisbeergelee untermischen. Anschließend den Radicchio dazugeben. Die Lammlachse aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und zum Risotto geben. Das Rotwein-Radicchio-Risotto mit den Lammlachsen auf Tellern anrichten, mit dem restlichen Rosmarin garnieren und servieren.

Christian Pfarr am 24. Januar 2011

## Saltimbocca vom Lamm-Lachs, Madeira-Soße, Salzkartoffeln

### Für 2 Personen

6 Lammlachse	6 Scheiben Parma-Schinken	300 g festk. Kartoffeln
6 Salbeiblättchen	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
100 ml Lammfond	2 EL Madeira	40 g kalte Butter
1 EL Sonnenblumenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Lammlachse mit je einem Salbeiblatt belegen und mit je einer Scheibe Parma-Schinken umwickeln. Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten je zwei Minuten anbraten. Anschließend das Fleisch 20 Minuten im Ofen garen. Einen Teelöffel Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und andünsten. Mit dem Madeira ablöschen und einkochen lassen. Den Lammfond nach und nach dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend mit der kalten Butter binden. Die Saltimbocca vom Lamm auf einem Teller anrichten und die Kartoffeln dazugeben. Mit der Madeirasöße garnieren und servieren.

Edeltraut Myslakowski am 22. Dezember 2011

# Sautierte Lamm-Lachse mit Mandel-Minz-Reis, Honig-Feigen

## Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	100 g Langkornreis	50 g Mandeln
6 getrocknete Feigen	2 EL flüssiger Honig	1/2 Bund Minze, frisch
1/2 Bund Thymian, frisch	Butter	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Reis in Salzwasser gar kochen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und die Silberhaut abziehen. Die Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten anbraten. Den Thymian dazugeben. Anschließend die Filets in den Ofen geben und circa 20 Minuten garen lassen. Die Feigen vierteln. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Feigen anbraten. Den Honig dazugeben und leicht anbräunen. Die Mandeln fein hacken. Den Reis abgießen und mit fein geschnittener Minze, den Mandeln und etwas Olivenöl würzen. Falls nötig die Lammlachse für Farbe und Geschmack noch einmal in brauner Butter anbraten. Die Lammfilets mit dem Mandel-Minz-Reis und den Honigfeigen auf Tellern anrichten und servieren.

Bernd Prochaska am 01. Dezember 2011

## Spinat-Ziegenkäse-Risotto mit Lamm-Karree

### Für 2 Personen

350 g Lammkarree, ohne Knochen	160 g Risottoreis	100 g Ziegen-Frischkäse
100 g Parmesan	100 g Spinat	1 Zwiebel
1 Zitrone, unbehandelt	2 Zehen Knoblauch	750 ml Hühnerfond
150 ml Wermut	4 EL Butter	2 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Bund Petersilie, glatt	1 Muskatnuss
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zwiebel abziehen und klein würfeln. In einer Pfanne einen Esslöffel Butter und Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Anschließend den Reis dazugeben und die Temperatur erhöhen. Den Reis glasig werden lassen, mit dem Wermut und 100 Millilitern Hühnerfond ablöschen. Das Ganze bei mittlerer Temperatur einkochen lassen. Unter ständigem Rühren nach und nach den restlichen Hühnerfond dazugeben und bissfest garen. Das Lammkarree waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und darin das Lammkarree von allen Seiten anbraten. Anschließend in Alufolie wickeln und für zwölf Minuten in den Backofen geben. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Spinat waschen und trocken schleudern. Etwas Muskatnuss reiben. In einer Pfanne einen halben Esslöffel Butter erhitzen und die Hälfte des Knoblauchs darin farblos anschwitzen. Den Spinat dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Anschließend den Spinat mit einem Pürrierstab zerkleinern. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Parmesan reiben. Einen halben Esslöffel Butter, den Parmesan, den Spinat und die Hälfte des Ziegenkäses zum Risotto geben und verrühren. Mit Zitronensaft abschmecken und das Risotto zugedeckt ziehen lassen. Die Thymian-, Petersilien- und Rosmarinblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. In einer Pfanne die restliche Butter erhitzen, etwas Olivenöl hinzugeben und die Kräuter und den restlichen Knoblauch darin anschwitzen. Das Lammkarree aus der Folie nehmen, in der Butter schwenken und anschließend in kleine Stücke schneiden. Das Risotto und das Lammkarree auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Ziegenkäse und etwas Pfeffer garnieren.

Henning Engelage am 19. Oktober 2009



# Türkischer Reis mit Lamm-Koteletts, Tomaten-Salsa

## Für 2 Personen

2 Lammkotelett, a 150 g	100 g Basmatireis	50 g Reismudeln
1 Limette	2 Tomaten	0,5 Bund Frühlingszwiebeln
5 rote Chilischoten	1 Knolle Fenchel	1 Zweig Thymian
1 Knolle Knoblauch	1 Muskatnuss	50 g Parmesan
2 TL Tomatenmark	1 TL Barbecue-Soße	100 ml Hühnerfond
Butter	Olivenöl	Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Basmatireis in Salzwasser garkochen. Viel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Reismudeln darin anbraten. Anschließend mit 150 Milliliter Wasser aufgießen und die Reismudeln köcheln lassen. Immer wieder Wasser und Fond dazugeben bis die erwünschte Konsistenz erreicht ist und keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Den garen Reis zu den Reismudeln geben und beides vermengen. Die Tomaten in kochendes Wasser legen, in Eiswasser abschrecken und die Haut abpellen. Die Strünke und Kerne entfernen und die Tomaten in Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und alles, bis auf drei Zehen, fein hacken. Die Peperoni fein hacken. Die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. Die Tomatenwürfel, die Peperoni, den Knoblauch und die Zwiebelstreifen mit etwas Zucker, der Barbecue-Soße und dem Tomatenmark verrühren. Eine der verbleibenden Zehen pressen und die Hälfte der Limette auspressen. Den Limettensaft und den gepressten Knoblauch zu der Salsa geben. Mit Salz und Zucker abschmecken. Den Strunk des Fenchels entfernen und die Knolle in gleichmäßige Stücke schneiden. Die Fenchelstücke zusammen mit einem Spritzer Limettensaft und etwas Zucker in Salzwasser kochen. Anschließend in Eiswasser kurz abschrecken. Die Fenchelstücke mit Butter bestreichen, etwas Muskat darüberreiben und mit Pfeffer würzen. Den Parmesan reiben, über die Fenchelstücke streuen und für fünf Minuten im Backofen gratinieren. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Lammkoteletts mit dem Thymianzweig und den letzten zwei ganzen Knoblauchzehen kräftig von beiden Seiten anbraten. Abschließend die Lammkoteletts im Backofen fertig garen. Den gemischten Reis mit der Tomatensalsa, den Lammkoteletts und dem Fenchel auf einem Teller anrichten und servieren.

Britta Hamann am 01. März 2011

## Ummantelte Lamm-Filets mit Kürbis-Pasta-Türmchen

### Für 2 Personen

4 Lammfilets	8 Sch. Parma-Schinken	100 g Parmesan
0,5 Hokkaidokürbis	1 Ei	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 Bund Salbei	10 getr. Aprikosen
150 g Walnüsse	1 EL Honig	200 g Crème-fraîche
45 g Hartweizengrieß	200 g Ziegenkäse, hart	200 g Ziegenfrischkäse
50g Mehl	100 ml Milch	200 ml Weißwein, trocken
60 ml Olivenöl	1 Prise getr. Chili	50 g brauner Zucker
35 ml Wasser	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Für die Pasta das Mehl, die Eier, das Olivenöl und eine Prise Salz so lange verkneten, bis ein fester Teig entstanden ist. Anschließend in Frischhaltefolie im Kühlschrank ruhen lassen. Die Walnüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten und mit dem Zucker karamellisieren. Den Kürbis schälen, aushöhlen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Den Knoblauch und die Schalotte abziehen und ebenfalls würfeln. Anschließend die Knoblauch- und Schalottenwürfel in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen. Die Kürbiswürfel und den Salbei dazugeben, mit dem Honig karamellisieren und mit etwas Weißwein ablöschen. Die Hälfte der Walnüsse dazugeben. Den Chili hacken, die getrockneten Aprikosen ebenso klein hacken. Zu dem Kürbisgemüse den Chili, die Hälfte der Aprikosen und einen Esslöffel weichen Ziegenfrischkäse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles in eine Auflaufform geben und in den Backofen stellen. Die Milch mit dem restlichen weichen Ziegenfrischkäse und dem harten Ziegenkäse vermengen. Den restlichen Weißwein dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die restlichen Walnüsse, den Salbei, den Parmesan, die restlichen Aprikosen und ein Stück Lamm zu einer Paste mixen. Den Pastateig ausrollen und Kreise ausstechen. Die Pasta in salzigem Wasser drei Minuten kochen. Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Die Paste auf den Parma-Schinken streichen und die Lammfilets in den Parma-Schinken wickeln. Das Fleisch von beiden Seiten anbraten und anschließend in den Backofen geben. Die Pasta mit dem Kürbisgemüse und der Sauce abwechselnd auftürmen. Die Lammfilets aufschneiden. Das Lammfilet auf einem Teller anrichten und die Pastatürmchen dazugeben

Kathrin Müller am 16. Mai 2011

## Waldpilz-Risotto mit Lamm-Filet und Rosmarin-Holunder-Jus

### Für 2 Personen

2 Lammfilets a 80 g	150 g Risottoreis	3 Schalotten
50 g Steinpilze	50 g Pfifferlinge	50 g Maronenpilze
50 g Riesenchampignons	2 Knoblauchzehen	2 EL Butter
60 g Parmesan	3 EL Holunderbeerengelee	1 EL Tomatenmark
125 ml Lammfond	500 ml Pilzfond	80 ml trockener Weißwein
1 Zweig Rosmarin	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Pilze putzen, in mundgerechte Stücke schneiden und die Lammfilets waschen und trockentupfen. Den Pilzfond erhitzen und warm halten. Den Parmesan reiben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Schalotten glasig dünsten. Anschließend den Risottoreis kurz mit anbraten und das Ganze mit dem Weißwein ablöschen. Den heißen Pilzfond hinzugeben, sodass der Reis bedeckt ist. Diesen Vorgang unter ständigem Rühren wiederholen, bis der Reis eine cremige und zähflüssige Konsistenz erhält. Die Pilze in einer Pfanne mit der Butter anbraten und schmoren lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Knoblauchzehen abziehen und zusammen mit den Lammfilets und dem Rosmarinzweig in einer heißen Pfanne mit dem Öl anbraten und anschließend im Backofen warm stellen. Den Bratensatz mit dem Lammfond, dem Tomatenmark und dem Holunderbeerengelee aufgießen und leicht reduzieren lassen. Die Lammfilets zusammen mit der Soße und dem Risotto auf Tellern anrichten und mit Parmesan garnieren.

Stephan Lich am 25. Oktober 2010

# Ziegenkäse-Risotto mit Lamm-Filets im Thymian-Brot-Mantel

## Für 2 Personen

3 Lammlachse, a 100 g	150 g Risottoreis	100 g Ziegenhartkäse
50 g Ziegen-Frischkäse	50 g Himbeeren	3 Scheiben Toastbrot, groß
1 Schalotte, klein	100 g Blattspinat, frisch	1 Knoblauchzehe
750 ml Kalbsfond	100 ml Weißwein, trocken	6 EL Himbeeressig
6 EL Portwein	100 g Butterschmalz	100 g Sahne
25 g Butter	1 Lorbeerblatt	1 Nelke
2 Bund Thymian	2 EL brauner Zucker	1 Prise Zucker
Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für das Risotto den Kalbsfond aufsetzen. Die Schalotte abziehen, fein hacken und in der Butter hellgelb andünsten. Den Risottoreis dazugeben und unter stetem Rühren weitere drei Minuten dünsten lassen. Anschließend den Weißwein angießen und einkochen lassen. Anschließend von Zeit zu Zeit eine Kelle von dem Kalbsfond zu dem Reis geben und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf den Portwein mit dem Lorbeerblatt, der Nelke und einer Prise Zucker einkochen. Eines der Lammlachse waschen, trocken tupfen und in feine Stücke schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Den Thymian bis auf vier Stängel zupfen und den Spinat waschen und trocken schleudern. Das Lorbeerblatt und die Nelke aus dem Topf nehmen. Den gezupften Thymian, den Knoblauch, die Hälfte des Spinats, das geschnetzelte Lamm, die Sahne, etwas Salz und Pfeffer mit dem eingekochten Portwein vermengen und kurz aufkochen lassen. Das Ganze in einen Mixer zu einer Farce vermengen. Die restlichen zwei Lammlachse waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Toastbrotsscheiben entrinden, mit einem Nudelholz auf circa vier Millimeter Dicke ausrollen und mit der Fleischmasse und dem restlichen Spinat bestreichen. Mit den bestrichenen Toastbrotsscheiben die Lammstücke umwickeln und in dem Butterschmalz rundum vier Minuten anbraten. Anschließend das Fleisch in den Backofen geben und weitere fünf Minuten garen lassen. In der Zwischenzeit den Himbeeressig und den braunen Zucker in einem Topf einkochen und den restlichen Thymian zupfen. Eine Pfanne mit Pflanzenöl erhitzen und den Thymian darin leicht anraten. Den Ziegen-Frischkäse mit den Himbeeren und dem Himbeersirup unter das Risotto geben. Den Ziegenhartkäse hinein reiben und den angebratenen Thymian unterheben. Die Lammrückenfilets mit dem Risotto auf Tellern anrichten.

Kathrin Müller am 22. Juni 2010

# Index

- Artischocke, 46  
Aubergine, 11, 19, 36, 39, 41, 50  
Avocado, 26
- Bohnen, 4, 5, 10, 12, 15, 20, 25, 30, 31, 35,  
57, 64  
Braten, 1, 69  
Bratkartoffeln, 12, 34
- Chicoree, 43  
Couscous, 8, 13, 19, 49, 57, 61  
Curry, 7, 37, 49
- Erbsen, 19, 32, 34, 68
- Fenchel, 31  
Filet, 2, 5, 8–27, 44, 52, 67–70, 76–78  
Fleisch, 4, 7, 50, 70
- Gurke, 3, 21, 49, 55, 61
- Hüfte, 28
- Kürbis, 19, 76  
Karree, 4, 6, 29–34, 74  
Keule, 1, 3  
Kohlrabi, 51  
Kotelett, 4, 30, 34–43, 75
- Lachs, 4, 45–48, 50, 51, 53–62, 69, 72, 73  
Lauch, 8  
Linsen, 18, 22
- Möhren, 1, 18, 37, 41, 57, 61, 63–65  
Maronen, 77
- Nudeln, 25, 55, 62, 75, 76
- Paprika, 3, 9, 18, 19, 27, 41, 55, 56, 58  
Pastinaken, 24, 37, 63  
Pilze, 24, 25, 39, 47, 48, 59, 62, 65, 77  
Polenta, 1, 33, 39, 46, 70  
Porree, 8
- Rösti, 14, 28, 36, 42, 69  
Rücken, 63–68, 71
- Radicchio, 25, 43, 55, 72  
Ragout, 46  
Ratatouille, 41, 50  
Reis, 2, 7, 21, 37, 43, 47, 48, 53, 59, 72–74,  
77, 78  
Rettich, 18  
Rippen, 6  
Romanesco, 26  
Rosenkohl, 1, 15  
Rote-Bete, 54  
Rucola, 55
- Schoten, 18, 21, 26, 28, 49, 61, 67, 75  
Sellerie, 6, 44, 52, 60, 62, 65  
Spargel, 11, 14, 59, 61  
Spieß, 55  
Spinat, 7, 53, 74, 78
- Topinambur, 24
- Wirsing, 12, 27
- Zucchini, 2, 8, 12, 19, 21, 36, 39, 41, 50, 67