

Ratatouille mit Lamm-Stielkoteletts, Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Ratatouille:

1 kleine Aubergine	1 kleine Zucchini	1 rote Paprikaschote
1 Knolle Fenchel, mit Grün	400 ml gehackte Tomaten	1 Knoblauchzehe
1 TL Zucker	Toskan. Pastagewürz	Kräuter der Provence
Chilisalz	Olivenöl	Pfeffer

Für die Lammstielkoteletts:

8 Lammstielkoteletts à 50 g	2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Zweig Salbei	Chilisalz
Olivenöl	Pfeffer	

Für die Rosmarinkartoffeln:

400 g Drillinge	2 Zweige Rosmarin	Chilisalz, Olivenöl
-----------------	-------------------	---------------------

Für das Ratatouille:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Aubergine, Zucchini und Fenchel waschen, trockentupfen und in gleich große Würfel schneiden. Das Fenchelgrün für die Garnitur beiseitelegen.

Paprikaschote waschen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Ebenfalls in Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und hacken.

Zuerst Fenchel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, nach ca. 2 Minuten die restlichen Gemüseswürfel hinzugeben und mitbraten. Mit gehackten Tomaten ablöschen und das Gemüse weich schmoren lassen.

Ratatouille mit Pastagewürz, Kräuter der Provence, Zucker, Chilisalz und Pfeffer abschmecken.

Ratatouille mit Fenchelgrün garnieren.

Für die Lammstielkoteletts:

Lammkoteletts waschen und trockentupfen. Knoblauch andrücken.

Rosmarin, Thymian und Salbei abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, mit Knoblauch aromatisieren und das Fleisch von beiden Seiten kurz anbraten. Mit Chilisalz und Pfeffer würzen. Mit Knoblauch und Kräutern bedeckt im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad ca. 5-10 Minuten ziehen lassen.

Für die Rosmarinkartoffeln:

Drillinge waschen und mit Schale ca. 10 Minuten in Salzwasser garen.

Abgießen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln kross darin anbraten. Kurz vor dem Servieren Rosmarin mit in die Pfanne geben und Kartoffeln mit Chilisalz würzen. Kurz durchschwenken.

Wenn Sie Kartoffeln mit Schale zubereiten, sollten Sie unbedingt frische bzw. Frühkartoffeln verwenden. Die Schale ist dünn und gesundheitlich unbedenklich. Lagerkartoffeln sollten Sie hingegen immer schälen, da sie zum Überwintern mit einem Antifaulmittel behandelt werden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mary Tharovsky am 29. April 2020