

Lamm-Filet im Lauch-Mantel

Für 2 Personen

1 Stange Lauch	1 Hähnchenbrustfilet	100 ml Sahne
1 Eiweiß	Salz	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin	2 EL Olivenöl
4 Lammfilets	1 Tomate	Pfeffer

Den Lauch vorsichtig auseinandernehmen und die einzelnen Lauchblätter kurz in kochendes Wasser geben damit diese geschmeidig werden. Das Hähnchenbrustfilet in kleine Stücke schneiden mit der Sahne mischen, Eiweiß und Salz zugeben, (alles sollte sehr kalt sein) und mit dem Pürierstab so lange mixen bis eine cremige Masse entsteht, die Farce genannt wird. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3). Die Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln, Rosmarinnadeln abstreifen und ebenfalls fein hacken, alles zusammen in Olivenöl anbraten und aus der Pfanne nehmen. Lammfilets in der gleichen Pfanne direkt hinterher von allen Seiten anbraten. Tomate kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten und in feine Würfel schneiden. Zusammen mit der Zwiebelmischung unter die Farce mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Lauchblätter mit der Farce bestreichen und die Lammfilets darin einrollen, eventuell mit Küchengarn binden. Von allen Seiten in Olivenöl anbraten und noch ca. 4 Minuten bei 180 Grad im Backofen fertig garen. Aufschneiden und z.B. mit Tomatensalat und Brot servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. Juli 2009