

# Lamm-Filet, Minz-Soße, Karotten, Parmentier-Kartoffeln

Für vier Personen

**Lamm:**

1 Lammfilet	Pfeffer	Salz
Öl		

**Soße:**

1 Schalotte	150 ml Weißweinessig	25 g Zucker
50 ml Wasser	100 g Pfefferminze, frisch	Salz

**Parmentierkartoffeln:**

500 g Kartoffeln	40 g Butter	Pfeffer
Salz		

**Rahmkarotten:**

500 g Karotten	100 g Butter, geklärt	30 g Zucker
0,25 Bund Petersilie	Schlagsahne	Salz

**Anrichten:**

4 Blätter Minze

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Lamm:

Das Lammfilet mit Salz und Pfeffer einreiben und in Öl stark anbraten. Dann im vorgeheizten Backofen circa zehn bis zwölf Minuten garen lassen.

Soße:

Die Schalotte schälen und fein würfeln. Schalottenwürfel, Weinessig, Zucker und eine Prise Salz in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Wasser dazugeben und etwas reduzieren lassen. Die Pfefferminze hacken, zugeben und sämig einrühren.

Parmentierkartoffeln:

Die Kartoffeln würfeln, in kochendem Salzwasser blanchieren und in Butter anbraten. Die Pfanne dann in den Ofen stellen, damit die Kartoffeln weitergaren, bis sie goldbraun sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rahmkarotten:

Die Karotten würfeln und in der geklärten Butter garen. Zucker, Salz und Petersilie zugeben. Anschließend nach Wunsch noch etwas Sahne einrühren.

Anrichten:

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden. Die Minzsoße dazugeben und mit den Karotten und Kartoffeln garnieren. Die frischen Minzeblätter auf das Fleisch legen.

Tipp:

Statt der Parmentierkartoffeln kann man die Kartoffeln auch kochen, grob stampfen, mit etwas Sahne vermengen und mit Gewürzen nach Wahl abschmecken. Die Masse dann in Metallringe füllen und von beiden Seiten in etwas brauner Butter anbraten. Das Gericht kann noch mit einer feinen Soße abgerundet werden.

Lea Linster am 30. März 2012