

Lamm-Bratlinge mit Salbei-Joghurt und Bauern-Salat

Für zwei Personen

175 g Lammhackfleisch	1/2 Eisbergsalat	100 g Feta
2 Tomaten	50 g Salatgurke	1/2 Gurke
1 Zwiebel	1 Zitrone	6 schwarze Oliven, entsteint
4 EL Olivenöl	1 Ei	2 EL Naturjoghurt
1 Bund Oregano	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Basilikum
1 Bund Salbei	1 Knoblauchzehe	2 EL Paniermehl
2 TL getrockneter Salbei	Paprikapulver, Zucker	schwarzer Pfeffer, Salz

Das Lammhackfleisch in eine Schüssel geben. Die Zwiebel abziehen, klein hacken und dazugeben. Zusammen mit dem Paniermehl und dem Ei zu einem glatten Fleischteig vermengen. Mit einem Teelöffel von dem getrockneten Salbei, Salz, frischem Pfeffer und dem Paprikapulver würzen. Aus der fertigen Masse vier Bratlinge formen. Das Olivenöl in einer heißen Pfanne erhitzen. Die Bratlinge hinzugeben und von beiden Seiten circa acht Minuten anbraten. Den Joghurt mit dem restlichen getrockneten Salbeis verrühren. Die Gurke schälen, würfeln und unter den Joghurt geben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie waschen, klein hacken und trocken tupfen. Den Oregano und das Basilikum ebenfalls klein hacken. Für das Dressing, die Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Die Zitrone halbieren und auspressen. Zusammen mit dem restlichen Olivenöl, der Knoblauchzehe und etwas Zucker in einer Schüssel verquirlen. Mit Salz und frischem Pfeffer würzen. Den Blattsalat, die Tomaten, die Oliven und die Salatgurke in eine Schüssel geben. Den Feta würfeln und darüber streuen. Das Dressing nochmals kurz verquirlen, über den Salat geben und alles mischen. Ein wenig von dem Oregano, der glatten Petersilie und dem Basilikum hinzugeben. Die Lammbratlinge mit dem Salbei-Joghurt und dem griechischem Bauernsalat auf einem Teller anrichten und servieren.

Christina Antoniou am 29. Mai 2012