

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 Gemüsefond	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 Gemüsefond 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