

# Lamm-Filet mit Kräuter-Kartoffeln und Senf-Soße

## Für 2 Personen

350 g Lammfilet	500 g kleine Kartoffeln, fest	1 rote Zwiebel
1 Schalotte	1 Zitrone	1 Knolle Ingwer
1 Knoblauchzehe	3 EL Weißweinessig	50 ml flüssiger Honig
1 TL Zucker	1 Bund Dill	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Oregano	1 Lorbeerblatt	1 TL Dijon-Senf
Olivenöl	Meersalz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Ingwer schälen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Zitronenscheiben, das Lorbeerblatt und den Ingwer zugeben. Die Kartoffeln waschen und mit der Schale in dem Wasser gar kochen. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in feine Ringe schneiden. Die Dill- und Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und würfeln. Aus zwei Esslöffeln Essig, einem Esslöffel Olivenöl, dem Zucker und etwas Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden, mit den Zwiebelringen, dem Dill und der Petersilie mischen und die Vinaigrette darüber geben. Das Fleisch waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit den Oreganozweigen belegen und mit dem Küchengarn festbinden. Anschließend mit etwas Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und für zehn Minuten im Backofen garen lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Schalotte mit der Knoblauchzehe anbraten. Anschließend mit dem restlichen Essig ablöschen, den Senf und den Honig einrühren und fünf Minuten köcheln lassen. Das Lamm mit den Kräuterkartoffeln und der Senfsoße auf Tellern anrichten und servieren.

Maria Ludwig am 25. Oktober 2010