

Lamm-Koteletts mit mediterranen Stampf-Kartoffeln

Für 2 Personen

4 Lammkoteletts	500 g mehligk. Kartoffeln	6 getrocknete Tomaten, in Öl
1 unbehandelte Zitrone	1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen
50 g Pinienkerne	1 EL Butter	1 Bund Basilikum
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einem großen Topf mit Salzwasser gar kochen. Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Die Tomaten in Stücke schneiden und zusammen mit den Zwiebelstücken und dem Knoblauch in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln heißem Olivenöl glasig dünsten. Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Das Fleisch waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der Grillpfanne anbraten. Die Thymian- und die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Die übrigen Knoblauchzehen ebenfalls abziehen, fein hacken und zusammen mit dem Thymian und dem Rosmarin zu den Lammkoteletts geben und mitbraten. Das Fleisch anschließend für etwa 15 Minuten im Backofen weiter garen. Abschließend die Butter in die Pfanne geben und das Fleisch darin kurz schwenken. Die gekochten Kartoffeln abgießen, grob zerstampfen und mit der Tomaten-Zwiebel-Mischung vermengen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und ebenfalls unter die Kartoffeln heben. So viel Olivenöl zugießen, bis ein cremiger Kartoffelstampf entstanden ist. Die Zitrone halbieren, den Saft einer Hälfte auspressen und unter den Stampf mischen und das Ganze nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abschließend einige Blätter vom Basilikum abzupfen, grob hacken und ebenfalls zu den Kartoffeln geben. Die Koteletts mit dem Fleischjus und dem Kartoffelstampf auf Tellern anrichten und mit Basilikumblättern garnieren.

Christa Asbach am 22. November 2010