

Sautierte Lamm-Lachse mit Mandel-Minz-Reis, Honig-Feigen

Für 2 Personen

2 Lammlachse, a 150 g	100 g Langkornreis	50 g Mandeln
6 getrocknete Feigen	2 EL flüssiger Honig	1/2 Bund Minze, frisch
1/2 Bund Thymian, frisch	Butter	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Reis in Salzwasser gar kochen. Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und die Silberhaut abziehen. Die Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten anbraten. Den Thymian dazugeben. Anschließend die Filets in den Ofen geben und circa 20 Minuten garen lassen. Die Feigen vierteln. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Feigen anbraten. Den Honig dazugeben und leicht anbräunen. Die Mandeln fein hacken. Den Reis abgießen und mit fein geschnittener Minze, den Mandeln und etwas Olivenöl würzen. Falls nötig die Lammlachse für Farbe und Geschmack noch einmal in brauner Butter anbraten. Die Lammfilets mit dem Mandel-Minz-Reis und den Honigfeigen auf Tellern anrichten und servieren.

Bernd Prochaska am 01. Dezember 2011