

Lamm-Koteletts mit Sommer-Salat, Himbeersoße, Ciabatta

Für zwei Personen

2 Lammkoteletts	100 g Fetakäse	50 g Himbeeren
200 g gemischter Salat	40 g schwarze Oliven	100 g Cocktailtomaten
1 Salatgurke	1 rote Zwiebel	1 Pck. Hefe
500 g Mehl	400 ml lauwarmes Wasser	30 ml Olivenöl
Mehl	2 EL Johannisbeergelee	4 EL dunkler Balsamico
1 TL Zucker	2 TL Salz	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Wasser, das Mehl, die Hefe, den Zucker, Salz und Öl gut vermengen. Den Teig kurz ruhen lassen, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Ciabatta in Form drücken und mit Mehl bestäuben. Im Backofen 25 Minuten backen. Den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Gurke schälen und in Würfel schneiden. Die Oliven halbieren. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Alle Zutaten zusammen in eine große Schüssel geben und durchmischen. Den Fetakäse würfeln und über den Salat geben. Die Koteletts waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Sobald das Öl heiß ist, das Fleisch hineingeben und von beiden Seite darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Das Johannisbeergelee in die Pfanne, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde, einrühren. Das Gelee mit dem Balsamico sowie circa 100 Millilitern Wasser ablöschen und köcheln lassen. Die Himbeeren waschen, trocken tupfen und vier Beeren zum Anrichten zur Seite legen. Die übrigen Himbeeren in die Sauce geben und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lamm zusammen mit dem Salat auf einem Teller anrichten. Die Himbeersauce über den Salat geben, mit den übrigen Himbeeren garnieren und servieren.

Herbert Bernhardt am 11. Juli 2013