

# Lamm-Koteletts mit Salsa verde und Kartoffel-Gemüse

## Für zwei Personen

6 Lammkoteletts à ca. 80 g	6 festk. Kartoffeln, klein	2 Sardellenfilets in Öl
150 g Kirschtomaten	20 g Öl-Tomaten	1 unbehandelte Zitrone
1 Knoblauchzehe	2 EL schwarze Oliven	9 EL Olivenöl
200 ml Gemüsefond	1 EL Sherryessig	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
Meersalz, Pfeffer		

Die Kartoffeln waschen und in ausreichend Salzwasser gar kochen, anschließend längs halbieren. Für die Salsa verde die Sardellenfilets abtropfen lassen und klein hacken, die Zitrone waschen und die Schale fein abreiben. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, die Petersilie zupfen und fein hacken. Alles zusammen mit sieben Esslöffeln des Olivenöls und dem Gemüsefond zu einer Salsa verrühren. Den Knoblauch abziehen und im Ganzen mit in die Salsa geben, später wieder entnehmen. Die Tomaten waschen und halbieren. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen, das überschüssige Öl mit Küchenpapier abtupfen und die Tomaten anschließend in Streifen schneiden. Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und leicht salzen. Eine Pfanne mit einem Esslöffel Öl erhitzen und die Lammkoteletts darin von jeder Seite gut anbraten. Eine Pfanne mit dem restlichen Öl erhitzen, die Kartoffeln darin unter häufigem Wenden bei mittlerer Hitze goldgelb anbraten. Die Oliven und die getrockneten Tomaten untermischen und mitbraten. Den Rosmarin und den Thymian zupfen und klein hacken. Die Kartoffeln mit den Kräutern sowie Salz und Pfeffer würzen, anschließend die Kirschtomaten hinzugeben. Knoblauchzehe aus der Salsa verde nehmen und anschließend mit Meersalz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Lammkoteletts und das Kartoffel-Gemüse auf Tellern anrichten mit der Salsa verde garnieren und servieren.

Thomas Regenhard am 28. August 2013