

# Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste und Rotwein-Soße

## Für zwei Personen

### Für das Fleisch:

1 Lammkarree, à 400 g	50 g Parmesan	50 g Semmelbrösel
1 Ei	1 EL mittelscharf Senf	3 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	60 g Butter
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Kartoffeln:

6 festk. Kartoffeln	4 Zweige Rosmarin	6 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Bohnen:

250 g Prinzessbohnen	50 g Speck, am Stück	2 Zwiebeln
50 g Butter	Muskatnuss	Salz
Pfeffer		

### Für die Sauce:

3 Schalotten	50 ml trockener Rotwein	50 ml Lammfond
--------------	-------------------------	----------------

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Fleisch Lammkarree waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Anschließend für 10 Minuten in den Ofen geben. Für die Kruste Thymian, Rosmarin und Petersilie fein hacken. Ei aufschlagen und Parmesan reiben. Semmelbrösel mit Parmesan, Kräutern, Butter und Ei vermischen. Lammkarree auf dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Senf und der Kräutermasse bestreichen. Anschließend zum fertig garen kurz zurück in den Ofen geben.

Für die Sauce Schalotten abziehen, würfeln und im Bratensatz anbraten, mit Rotwein und Lammfond ablöschen und zu einer Sauce reduzieren lassen.

Für die Kartoffeln diese schälen, würfeln und in einem Topf mit Olivenöl bei niedriger Hitze garen. Rosmarinzwige hinzu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Bohnen diese in kochendes Wasser geben und einen Moment kochen lassen.

Anschließend in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken. Zwiebeln abziehen und diese sowie Speck in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen und Bohnen darin schwenken, Zwiebeln und Speck dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Lammkarree aufschneiden und auf Tellern anrichten. Rosmarinkartoffeln und Speckbohnen dazugeben und servieren.

Christian Fuchs am 18. Februar 2016