

Lammlachs mit Rosmarin-Knoblauch-Soße und Feldsalat

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Lammlachse à 300 g

2 Zweige Rosmarin

2 Knoblauchzehen 50 g Butter

Salz

Für die Rosmarin-Knoblauch-Sauce:

2 Schalotten

200 ml Rotwein

1 Prise Zucker

4 Knoblauchzehen 50 g Butter

100 ml Portwein 1 TL Speisestärke

Salz

Für den Feldsalat:

150 g Feldsalat

80 g Fetakäse

Salz

1 Frühlingszwiebel 2 EL Pinienkerne

2 EL Weißweinessig 4 EL Olivenöl

Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch waschen, trockentupfen und salzen. Etwas Butter in einer Pfanne auslassen und die Lammlachse von beiden Seiten ca. 4 Minuten anbraten. In den vorgeheizten Backofen geben und fertig garen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken. Restliche Butter mit Rosmarin und Knoblauch vermengen. Kräuterbutter über das Fleisch im Backofen geben. Schmelzen lassen und das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Kurz ruhen lassen und in Tranchen schneiden.

Für die Rosmarin-Knoblauch-Sauce:

Butter in die Pfanne geben, in der zuvor das Fleisch angebraten wurde.

Knoblauch und Schalotten abziehen, in Scheiben schneiden und beides in die Pfanne zur Butter geben. Alles anschwitzen. Speisestärke mit ca. 1 Esslöffel Rotwein verrühren. Sud mit restlichem Rotwein und Portwein ablöschen und einköcheln lassen. Mit angerührter Stärke binden, Sauce einmal aufkochen lassen und mit Salz und Zucker abschmecken. Sauce über das Fleisch geben.

Für den Feldsalat:

Feldsalat waschen und trockenschleudern. Fetakäse in der Hand zerbröseln und über den Feldsalat geben. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Frühlingszwiebel waschen und klein schneiden. Beides über den Salat geben. Essig und Öl vermengen, mit Salz würzen.

Dressing mit Salat mischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Andreia da Costa Jalali am 30. Januar 2020