

# Lamm-Koteletts mit Feta-Oliven-Kruste, Fava-Püree, Gemüse

## Für zwei Personen

### Für die Lammkoteletts:

1 Lammkarree	2 Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Zitronenthymian	Butter	Olivenöl

### Für die Feta-Olivenkruste:

2 Knoblauchzehen	100 g Feta Käse	4 getrock. Öl-Tomaten
4 grüne Oliven, kernlos	4 schwarze Oliven (milde)	

### Für das Favapüree:

200 g Kichererbsen	100 g Favabohnen	2 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Zitronenthymian
50 ml Weißwein	1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{2}$ TL Kurkumpulver
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für das Gemüse:

6 Artischockenböden	1 Paprika	1 Schalotte
2 Knoblauchzehen	1 Zitrone	2 EL kleine Kapern
1 Zweig Rosmarin		

**Für die Lammkoteletts:** Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lammkarree parieren und Silberhaut entfernen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Karree am Stück darin scharf anbraten, bis beide Seiten gebräunt sind. Knoblauch andrücken. Butter, Rosmarin- und Zitronenthymianzweige im Ganzen mit in die Pfanne geben und das Fleisch mit der geschmolzenen Butter immer wieder übergießen.

**Für die Feta-Olivenkruste:** Knoblauch abziehen und grob hacken.

Ein paar Fetabrösel zurückbehalten und den Rest mit den grünen und schwarzen Oliven in den Küchenhäcksler geben und vormixen. Die getrockneten Tomaten und den Knoblauch dazu geben und zu einer glatten Masse pürieren.

Die Paste auf die Lammkarrees, oberhalb der Knochen drücken und die zurück behaltene Fetabrösel darauf geben. Ca. 10 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

**Für das Favapüree:** Knoblauch andrücken und die Haut entfernen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kichererbsen und Favabohnen anbraten. Knoblauch, Lorbeerblatt, Rosmarin- und Zitronenthymianzweige hinzugeben und mit Weißwein ablöschen. Zitrone halbieren und auspressen.

Kräuter aus der Pfanne nehmen, die Bohnen und Knoblauch zu einer glatten Masse pürieren und mit etwas Zitronensaft Salz, Pfeffer und Kurkuma abschmecken.

**Für das Gemüse:** Paprikaschote mit einem Küchenbunsenbrenner schwarz abflämmen und die Haut abziehen. Die abgezogenen Paprika von den Kernen und der weißen Haut befreien und das Paprikafleisch in kleine Würfel schneiden.

Blättchen von den Zweigen zupfen und die Kräuter sehr fein hacken.

Schalotte abziehen und fein hacken. Knoblauchzehen andrücken.

Zitrone halbieren und auspressen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Artischockenböden darin kurz anbraten. Schalotten und Knoblauch unterheben. Mit etwas Zitronensaft

Marco Van Der Kooi am 12. August 2020