

Lamm-Filet in Tramezzini, Zwetschgen-Chutney, Gemüse

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilets	200 g weiße Bohnen, (Dose)	2 Sch. Tramezzini-Brot
1 Limette	1 Ei	1 EL Butter
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 TL Maisstärke
Wildkräutersalz	Rapsöl	

Für das Zwetschgen-Chutney:

6 Zwetschgen	1 mittelgroße rote Zwiebel	1 EL kalte Butter
4 cl Sanddorn-Balsamico-Essig	2 cl Schlehnenschnaps	1 TL getrock. Thymian
2 EL brauner Rohrzucker	1 Msp. Cayennepfeffer	Rapsöl

Für das Edamame-Avocado-Gemüse:

200 g ausgelöste Edamame-Bohnen	1 reife Avocado	10 Stängel Salicorn
1 Limette	2 Kapuzinerkresseblüten	2 Kapuzinerkresseblätter
1 Borretsch-Blüte	1 rote essbare Rose	Olivenöl, Pfeffer

Für das Lammfilet im Tramezzini Mantel:

Den Backofen auf 225 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Tramezzini-Brot mit einem Nudelholz dünn ausrollen. Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Das Eiweiß anderweitig verwerten. Weiße Bohnen mit Limettenabrieb, Eigelb und Maisstärke in eine Schüssel geben und mit einem Stabmixer pürieren. Diese Masse auf die Tramezzini-Scheiben streichen und mit Wildkräutersalz würzen.

Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammfilets bei hoher Hitze mit den Kräutern in etwas Öl von allen Seiten scharf anbraten. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf die Tramezzini-Scheiben legen und so einrollen, dass sich die Enden etwas überlappen. Die Tramezzini-Rollen mit Butter bestreichen und im vorgeheiztem Backofen für ca. 15 Minuten nachziehen lassen.

Die Tramezzini-Päckchen können Sie auch langsam in einer Pfanne in Butterschmalz braten. So wird der Brotmantel goldgelb und knusprig und das Filet bleibt im Kern rosa.

Für das Zwetschgen-Chutney:

Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In etwas Rapsöl auf kleiner Flamme langsam schmoren lassen. Mit Rohrzucker bestreuen und karamellisieren lassen. Thymian hinzugeben. Zwetschgen halbieren, entsteinen und längs vierteln. Zwetschgen zu den Zwiebeln geben. Kurz durch schwenken und mit dem Sanddorn-Balsamico-Essig und dem Schlehnenschnaps ablöschen. Alles 10 Minuten einkochen lassen, ggf. mit etwas Wasser aufgießen. Nach Bedarf Zucker begeben und mit Cayennepfeffer abschmecken. Vor dem Servieren kalte Butter einrühren.

Für das Edamame-Avocado-Gemüse:

Edamame 10 Minuten in sprudelndem Wasser kochen. Avocado von Schale und Kern befreien und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Limette halbieren und den Saft auspressen. Avocadowürfel damit beträufeln. Salicorn fein hacken.

Edamame und Avocadowürfel 3 Minuten in Olivenöl auf hoher Stufe anbraten, in eine Schüssel geben und mit Salicorn vermengen. Mit Pfeffer abschmecken. Mit Blüten und Blättern garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Peggy Kosbab am 13. September 2021