

# Lamm-Filet im Pistazien-Mantel, Schwarzwurzeln

## Für zwei Personen

### Für die Rahm-Schwarzwurzel:

2 Schwarzwurzeln	1 Schalotte	1 Zitrone, Saft
50 g Butter	50 g Sahne	½ Bund Schnittlauch
Muskatnuss	Salz	

### Für das Lammfilet:

2 Lammfilets	½ Bund Petersilie	25 g Pistazienkerne
1 TL Senf	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

### Für den Chicorée:

2 Chicorée	1 Zwiebel	2 Orangen, Saft
1 EL Frischkäse	150 ml Gemüsfond	3 cm Ingwer
1 TL Kurkuma	2 TL Currypulver	Speisestärke
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Rahm-Schwarzwurzel:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen und in mit Zitronensaft gesäuertes Wasser legen. Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Schwarzwurzeln in Scheiben schneiden und anschließend in Salzwasser garen, dann kalt abschrecken. Schalotte in einer Pfanne mit geschmolzener Butter anschwitzen, Schwarzwurzel dazugeben und Sahne angießen. Cremig einkochen und mit Schnittlauchröllchen, geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

### Für das Lammfilet:

Lammfilet in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann herausnehmen und mit Senf bestreichen.

Petersilie und Pistazien fein hacken und miteinander vermengen.

Lammfilet darin wenden.

### Für den Chicorée:

Chicorée in einer Pfanne mit Öl anbraten. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Mit in die Pfanne geben. Dann alles salzen und pfeffern.

Orangen schälen und filetieren, Saft auffangen. Chicorée mit Orangensaft ablöschen und mit Fond aufgießen. Zugedeckt etwa 10 Minuten schmoren lassen. Aus der Pfanne nehmen und in einer Auflaufform im Backofen warm stellen. Ingwer schälen und reiben. Sauce mit Ingwer, Kurkuma und Curry abschmecken. Speisestärke mit Wasser anmischen und in die Pfanne geben zum Binden. Frischkäse einrühren und Orangenfilets dazugeben, nochmals kurz erhitzen.

Das Lammfilet auf dem Chicorée servieren, Orangensauce darüber geben und das Schwarzwurzelgemüse anrichten.

Merit Schwalm am 01. Februar 2024