

Lamm-Koteletts mit gebackenen Bohnen

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|---------------------------|-----------------------|
| 250 g feine grüne Bohnen | Salz,Pfeffer | 1 Zweig Bohnenkraut |
| 5 EL Olivenöl | 2 Stück Lammkaree | 3 Zweige Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian | 4 EL Butter | 100 ml Lammjus |
| Piment d'Espelette | 4 Scheiben Parma-Schinken | 4 Scheiben Emmentaler |
| 100 g Mehl | 2 Eigelb | 100 g Semmelbrösel |
| 1,5 l Pflanzenöl | 20 Kirschtomaten | |

Keniabohnen waschen, putzen (Enden abschneiden) und in kochenden Salzwasser bissfest blanchieren. In Eiswasser abschrecken und auf Küchentrepp abtropfen lassen. Bohnenkraut abspülen, trockenschütteln und hacken. Bohnen in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und 3 EL Olivenöl marinieren. Backofen auf 120 Grad vorheizen. Lammkaree parieren, portionieren, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von allen Seiten anbraten. Rosmarin, Thymian zugeben und 2 EL Butter zugeben. Das Fleisch damit beträufeln. Alles in eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 6 Minuten rosa garen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Lammjus ablöschen, mit Piment d'Espelette würzen und etwas einköcheln lassen. Übrige kalte Butter unterrühren und die Sauce damit binden. Den Parma-Schinken und den Emmentaler aufeinander legen und die marinierten Bohnen portionsweise darin einrollen. Die Bohnenröllchen zuerst in Mehl, dann in verquirltem Eigelb und zuletzt in Semmelbröseln wenden. Pflanzenöl erhitzen. Die Bohnenröllchen darin goldgelb frittieren, abtropfen lassen. Die Enden abschneiden und die Röllchen schräg halbieren. Tomaten abspülen und trockenreiben. Tomaten ebenfalls im Pflanzenöl ca. 1 Minute frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Bohnen auf vorgewärmten Tellern mit Lamm, Sauce und Tomaten anrichten. Dazu passen hervorragend in Olivenöl gebratene, kleine Kartoffeln mit Schale.

Karlheinz Hauser am 23. September 2013