

Kirsch-Pistazien-Couscous mit gebratenem Lamm-Filet

Für 4 Personen

Für den Couscous:

1 Schalotte	150 ml Gemüsebrühe	2 EL Olivenöl
100 g Instant-Couscous	$\frac{1}{4}$ TL Kurkumapulver	$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ TL scharfes Currypulver
200 g Süßkirschen	15 g getr. Soft-Kirschen	20 g Pistazienkerne
2 Lauchzwiebeln	1 grüne Chilischote	frischer Koriander
1 EL Pistazienöl	Salz	Pfeffer

Außerdem:

2 Knoblauchzehen	400 g Lammfilet	1 EL Butterschmalz
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	Salz
Pfeffer	2 EL Sojasoße	2 TL Balsamico
1 TL Honig	1 EL Butter	

Garnitur:

grob gehackte Pistazien	halbierte Kirschen	Korianderblättchen
-------------------------	--------------------	--------------------

1. Schalotte schälen und fein schneiden.

Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen lassen. Schalotte, Olivenöl, Couscous, Kurkuma und Currypulver unterrühren. Zugedeckt ca. 10 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen.

Inzwischen frische Kirschen waschen, abtropfen lassen, entsteinen und halbieren oder vierteln. Etwa ein Drittel davon für die Garnitur beiseite stellen.

Getrocknete Kirschen und Pistazien grob hacken.

Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und fein schneiden. Chilischote putzen, abspülen, trocken reiben. Koriander abspülen und trocken schütteln. Chili und Koriander ebenfalls fein hacken.

Getrocknete Kirschen, zwei Drittel der frischen Kirschen, Lauchzwiebeln, Pistazien, Chilischote, Korianderblättchen und Pistazienöl unter den Couscous mengen. Abschmecken und warm halten.

Knoblauch abziehen und halbieren.

Lammfilet kalt abspülen, gründlich trocken tupfen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Filetstücke, Knoblauch und Kräuterzweige in die Pfanne geben und insgesamt ca. 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch auf einem angewärmten Teller zugedeckt kurz ruhen lassen.

Restliche Kirschen, Sojasoße, Balsamico, Honig und Butter ins Bratfett in die Pfanne geben und unter Schwenken den Bratensatz damit lösen, kurz aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Couscous auf vorgewärmten Tellern verteilen.

Fleisch aufschneiden auf dem Couscous anrichten. Bratfond überträufeln und nach Belieben mit gehackten Pistazien, Kirschstückchen und Korianderblättchen bestreuen und servieren.

Christina Richon am 23. Juli 2018