

Lamm-Medaillons mit Bärlauch-Kruste und Bohnen-Gemüse

Für 4 Personen

Für die Sauce:

1 Knoblauchzehe	200 ml Lammfond	200 ml trockener Rotwein
2 Zweige Thymian	50 g Butter	Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

200 g festk. Kartoffeln	300 g dicke Bohnenkerne (TK)	2 Schalotten
1 rote Paprika	Butter	Kalbsfond
Salz	Pfeffer	

Für das Fleisch:

60 g Weizenbrot	Bärlauch	2 Eigelb
Salz	Pfeffer	800 g Lammrücken
Olivenöl		

Für die Sauce Knoblauch schälen und durch eine Presse drücken oder fein hacken. Knoblauch, Lammfond, Rotwein und Thymian in einen Topf geben. Offen etwa um die Hälfte einkochen (reduzieren).

Währenddessen für das Gemüse Kartoffeln schälen, waschen, abtropfen lassen und in etwa 1 cm feine Würfel schneiden.

Kartoffeln in reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren, abtropfen lassen.

Dicke Bohnen in kochendem Salzwasser 4 Minuten garen, in ein Sieb gießen, abschrecken, abtropfen lassen und aus den Häuten drücken.

Schalotten abziehen und fein schneiden. Paprika putzen, waschen, abtropfen lassen und ebenfalls in feine Würfel schneiden.

Für die Kräuterkruste Weizenbrot fein reiben oder mixen.

Bärlauch abspülen, trocken tupfen und sehr fein hacken.

Brösel, Eigelbe und Bärlauch vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch trocken tupfen, in gleichgroße Medaillons schneiden. Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Medaillons darin von beiden Seiten kurz scharf anbraten. In eine Auflaufform setzen.

Die Kräutermasse etwa 1 cm hoch auf die Medaillons auftragen

Für das Gemüse Butter in einem Topf erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Paprika zugeben und dünsten.

Dann Kartoffeln und Bohnen zugeben, den Fond angießen und offen kurz einkochen lassen. Abschmecken.

Den Backofen auf Grillfunktion oder maximale Oberhitze vorheizen. Medaillons kurz überbacken, sodass das Fleisch Innen noch rosa ist.

Butter in kleinen Stücken mit dem Schneebesen unter den Saucenansatz rühren, nicht mehr kochen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jeweils zwei Medaillons und etwas Gemüse anrichten. Mit der Sauce umgießen und servieren.

Otto Koch am 18. April 2019