

Lamm-Filet, Kräuter-Spinat, Meerrettich-Joghurt, Röster

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

4 Lammfilets à 75 g	1 EL Butter	2 Zweige Rosmarin
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Spinat:

150 g Babyspinat	50 g Rucola	2 Schalotten
2 EL Pinienkerne	2 EL Butter	6 Zweige Basilikum
6 Zweige glatte Petersilie	4 Zweige Estragon	2 Zweige Koriander
Salz		

Für den Joghurt:

100 g Naturjoghurt	50 g Tafelmeerrettich	1 Zitrone
$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	Salz	

Für die Kartoffeln:

4 Drillinge	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch:

Die Lammfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in einer Pfanne mit wenig Olivenöl rundum anbraten. Butter aufschäumen lassen, Rosmarin hinzufügen und die Lammfilets immer wieder mit der aromatisierten Butter übergießen.

Die Pfanne vom Herd nehmen und die Filets kurz in der Resthitze ziehen lassen.

Für den Spinat:

Die Schalotten abziehen, in Würfel schneiden und mit den Pinienkernen in der Butter hellbraun rösten. Den Spinat und Rucola waschen und trockenschleudern. Basilikum, Petersilie, Estragon und Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kräuter und Spinat zugeben, kurz anschwanken und mit Salz abschmecken.

Für den Joghurt:

Den Naturjoghurt und Meerrettich miteinander verrühren, mit etwas Zitronenabrieb, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln halbieren und in einem Topf mit Salzwasser ca. 8 Minuten halbgar kochen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen und mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne mit Butterschmalz legen. Die Kartoffeln langsam knusprig braun anbraten. Gegen Ende der Garzeit eine angedrückte Knoblauchzehe und Butter zugeben, aufschäumen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammfilets schräg in der Mitte durchschneiden, auf dem Spinat mit Joghurt anrichten und einige geröstete Kartoffeln darum verteilen und servieren.

Alexander Herrmann am 07. April 2017