

Lamm-Filets im Pancetta-Mantel, Bohnen-Radieschen-Salat

Für vier Personen

400 g Bohnen, grün	1 Bund Radieschen	1 Orange, saftig
16 Scheiben Pancetta, dünn	8 Lammfilets	20 g Butterschmalz
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	5 Wacholderbeeren
1 Knoblauchzehe	2 Schalotten	3 TL Balsamico-Essig
1 EL Orangenmarmelade	1 EL Walnussöl	3 EL Olivenöl
100 g Rucola	Salz, Pfeffer	Zucker

Die Bohnen putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. In reichlich leicht gesalzenem Wasser fünf Minuten bissfest kochen, abgießen und in Eiswasser abschrecken. Die Radieschen putzen, waschen und vierteln. Von der Orange die Schale dünn abreiben. Den Saft der Orange auspressen. Die Schalotten schälen und klein würfeln. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Den Rucola waschen. Je zwei Pancettascheiben nebeneinander auslegen. Die Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in den Pancetta wickeln. Den Wacholder zerdrücken, die Knoblauchzehe ungeschält halbieren. Nun die unwickelten Lammfilets in heißem Butterschmalz zusammen mit den Kräutern, dem Wacholder und Knoblauch rundum anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Ofen in circa zehn Minuten fertig garen. In einem kleinen Topf Schalotten, Knoblauch, Orangenschale, Essig und Orangenmarmelade fünf Minuten einkochen. Vom Herd nehmen und das Öl unterrühren. Die Vinaigrette mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Bohnen, Radieschen und den Rucola abschließend zur Vinaigrette in die Schüssel geben und locker miteinander mischen. Die Lammfilets in schräge Scheiben schneiden. Den Salat auf Teller verteilen. Die Fleischscheiben darauf legen und alles mit der restlichen Vinaigrette beträufelt servieren.

Johann Lafer am 12. Januar 2013