



Lammrückenfilets in Röstikruste mit jungem Frühlingslauch

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Aber leicht gemacht, sicherlich nicht für jeden Tag

Zutaten

- Für die Lammrückenfilets:
- 700 g ausgelöstes Lammrückenfilet, küchenfertig
- 1 El Butterschmalz für den Lammrücken
- 1 Gläschen brauner Lamm Fond aus dem Supermarkt
- 1/4 l trockener Rotwein
- Knoblauchsatz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Röstikruste:
- 4 - 5 mittelgroße Kartoffeln, gerieben und dünn gehobelt (Nach Größe)
- 1 kleine Schalotte, gerieben
- 1 Eigelb
- 1 Tl Kartoffelstärke
- 1 1/2 El Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich geriebene Muskatnuss
- Für das Gemüse:
- 8 Stück gleichmäßig kleine Frühlingsmöhren. geputzt, gewaschen, mit etwas Grün
- 2 Bündchen junger, gleichmäßig großer Frühlingslauch, geputzt, gewaschen auf gleich Größe gestutzt
- 1 guter El Butter
- 1 El Honig
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Lammrückenfilets:

Schritt2

Herzhaft salzen und pfeffern und in einer Stielpfanne in heißem Butterschmalz von allen Seiten kurz anbraten.

Schritt3

Farbe nehmen lassen, heraus nehmen, etwas abkühlen lassen.

Schritt4

Den Bratensatz der Pfanne mit dem Rotwein ablöschen und fast völlig reduzieren. Erst den braunen Braten Fond aufgießen und alles auf die benötigte Menge einkochen lassen.

Schritt5

Nachschmecken, ev. ganz leicht mit etwas in Rotwein angerührter Speisestärke "sämig" binden. 1 Teelöffel braune Nussbutter darüber geben. (Das gibt den tollen Geschmack)

Schritt6

Für die Röstikruste:

Schritt7

Die Hälfte der Kartoffeln und die Schalotte fein reiben, die andere Hälfte in recht dünne Streifen raspeln. Auf einem Küchensieb ablaufen lassen, etwas ausdrücken; salzen, pfeffern und mit einem Strich Muskatnuss würzen.

Schritt8

Das Eigelb und die Kartoffelstärke dazu geben, mengen. In einer großen Bratpfanne das Pflanzenöl erhitzen und zwei dünne Kartoffelpuffer heraus backen. Mit Hilfe eines großen, flachen Tellers wenden, Farbe auf beiden Seiten nehmen lassen.

Schritt9

Heraus nehmen, leicht überlappend neben einander legen und auf das untere Drittel die Lammrückenfilets geben.

Schritt10

Aufrollen, einhüllen, etwas andrücken, die Kartoffelmasse möglichst gleichmäßig verteilen.

Schritt11

Auf das gefettete flache Backblech setzen, für 13 - 15 min. in den auf 180 ° C vorgeheizten Backofen schieben, knusprig zu Ende braten. Danach etwas bei geöffneter Ofentür "ausruhen" lassen, appetitlich rosa halten.

Schritt12

Das Gemüse:

Schritt13

In der Zwischenzeit zunächst den Frühlingslauch kurz für ca. 2 min. in kochendem Salzwasser "bissfest" blanchieren, heraus nehmen, abkühlen lassen.

Schritt14

Die Butter in einer Stielpfanne "nussbraun" erhitzen und die Frühlingszwiebeln rundherum leise braten, schmoren; salzen, pfeffern.

Schritt15

Danach, oder in einer zweiten Pfanne die Butter und Karotten geben, salzen, pfeffern und mit wenig Mineralwasser angießen.

Schritt16

Bei geschlossenem Deckel ebenfalls "bissfest" dünsten. Den Fond mit etwas Honig anreichern, fast völlig verkochen, glacieren.

Schritt17

Durch den Honig und das Mineralwasser haben die Karotten einen tollen Geschmack bekommen.

Schritt18

Anrichtevorschlag:

Schritt19

Das Gemüse dekorativ auf vorgewärmte Teller anrichten und die Lammrückenfilets in 3 - 4 cm breite Stücke schneiden, "aufrecht" dazu setzen. Die Rotweinsauce nicht zu reichlich angießen, den Rest in einer Sauciere extra reichen.

Rezeptart: Lammfleisch **Tags:** Lammrückenfilets, leicht gemacht, nicht für jeden tag

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammrueckenfilets-in-roestikruste-mit-jungem-fruehlingslauch/>