



Wirsing-Gemüse Eintopf mit kurz gebratenem Lammfilet

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Vorbereitungszeit:** 0m
- **Zubereitungszeit:** 0m
- **Fertig in** 0m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '0', 'cook_time' : '0m', 'prep_time' : '0m', 'servings' : '', 'yield' : '' });
```

Eine schnelle, edle Variante mit Lammfilet, bürgerlich - raffiniert, modern

Zutaten

- Für den Wirsing - Gemüse Eintopf:
- 800 g frischer, geputzter Wirsing in 3 cm großen Blättern
- 3 Stangen Porree, (Nur das Weiße) in 3 cm großen Blättern
- 3 Stangen Staudensellerie in 2 cm großen Stücken
- 1 Möhre, geputzt, geschält, in Scheiben
- 5 - 6 mittelgroße, geschälte Kartoffeln in Würfeln
- 1 1/2 l Rindfleischbrühe, ersatzweise Gemüsebrühe
- Abrieb 1/2 Zitrone
- 1 kleines Bund gehackte Petersilie
- 2 El Pflanzenöl
- 400 g Lammrücken, pariert, küchenfertig, in Würfel
- Knoblauchsatz, Pfeffer aus der Mühle, etwas gemahlene Kümmel, 1 Lorbeerblatt

Zubereitungsart

Schritt1

In etwas Pflanzenöl, zunächst nach Gar - Punkt, den Sellerie, die Möhren und die Kartoffelwürfel anschwitzen.

Schritt2

Mit der Brühe aufgießen, mit Knoblauchsatz, Pfeffer, Zitronenabrieb und etwas gemahlene Kümmel würzen. Ca. 5 min. köcheln lassen.

Schritt3

Dann den Wirsing und den Porree dazu geben, weitere 10 -12 min. bei geschlossenem Deckel garen. "Bissfest" halten, nicht zerkothen lassen, herzhaft nachschmecken.

Schritt4

Die mit Salz und Pfeffer gewürzten Lammfilet Würfel in heißen Öl kräftig 1 - 2 min. anbraten. (2 - 3 Chargen)

Schritt5

Die Pfanne zurück ziehen und mit der Resthitze rosa - saftig durchziehen lassen.

Schritt6

Anrichtevorschlag:

Schritt7

Die Filetwürfel in vorgewärmten Suppentellern verteilen, etwas frisch geriebenen Pfeffer darüber geben.

Schritt8

Den heißen Eintopf darüber schöpfen und alles reichlich mit Petersilie bestreuen.

Rezeptart: Eintöpfe **Tags:** lamm, wirsing

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/wirsing-gemuese-eintopf-mit-kurz-gebratenem-lammfilet/>