



LAMMFILET MIT PISTAZIENKRUSTE & SPARGEL-KARTOFFELGRATIN / KOCHEN MIT SALLY UND LIDL #2



- ANZEIGE -

Dieses Menü besteht aus einem zarten Lammfilet mit einer Pistazien-Butterkruste, einer bunten, knackigen Gemüsebeilage, einem Spargel-Kartoffelgratin und einer würzigen, braunen Soße. Ich bereite das Menü so zu, dass du stressfrei und organisiert kochen kannst, sodass das Menü und alle darin beinhalteten Speisen gleichzeitig fertig sind. Entspannt kochen war noch nie so einfach.



Zubereitungszeit
1.5 Stunden



Back-/Kochzeit
45 Minuten



Temperatur + Heizart
180 °C O/U

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

SPARGEL-KARTOFFELGRATIN

Schäle die Kartoffeln und schneide sie in 4-5 mm dünne Scheiben. Schmilz die Butter in einem großen Topf oder Bräter, presse den Knoblauch dazu und brate ihn kurz an. Lösche ihn mit der Milch und Sahne ab. Würze alles mit Salz, Pfeffer, etwas geriebener Muskatnuss und Zitronensaft. Lasse die Soße nun aufkochen. Gib die Kartoffeln dazu und koche sie bei niedriger Hitze und gelegentlichem Rühren etwa 5-10 Minuten. Streiche die Kartoffeln glatt. Reibe den Käse fein und verteile ihn auf den Kartoffeln. Behalte dabei etwas Käse zurück. Lege nun den geschälten Spargel darauf und verteile den restlichen Käse darüber.

PISTAZIENKRUSTE

Zerkleinere die Pistazienkerne mit der Zwiebel und Knoblauchzehe und den Semmelbröseln. Vermische nun alles mit Salz, Pfeffer, Thymian und der Butter. Streiche die Masse auf ein Backpapier oder eine Backfolie, schlage es ein und drücke die Masse zu einem Rechteck flach. Rolle zum Beispiel mit einem Ausrollstab darüber. Friere die Pistazienmasse ein.

LAMMFILET

Erhitze das Butterschmalz in einem Bräter und brate die Lammfilets von jeder Seite darin kurz scharf an. Nimm sie aus dem Bräter heraus und vermische sie mit dem Senf, Salz und Pfeffer. Lege das Fleisch auf ein Backblech und lasse es ruhen.

DUNKLE SOSSE

Erwärme im gleichen Bräter das Butterschmalz und brate die gewürfelte Zwiebel und Knoblauchzehe darin an, bis Röstaromen entstehen. Streue das Mehl darüber und brate es kurz mit an. Lösche das Ganze mit dem Balsamico-Essig ab und füge den Rinderfond dazu. Schmecke die Soße mit Salz und Pfeffer ab und lasse sie bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln.

GEMÜSEBEILAGE

Schäle das Gemüse bei Bedarf, schneide es in mundgerechte Stücke und lege es mit dem Butterschmalz in eine Pfanne.

SPARGEL-KARTOFFELGRATIN:

- ☐ **600 g** Kartoffeln (geschält)
- ☐ **2 EL** Butter
- ☐ **2** Knoblauchzehen
- ☐ **400 g** Milch
- ☐ **100 g** Sahne
- ☐ **1 TL** Salz
- ☐ **½ TL** Pfeffer
- ☐ **1 Pr.** Muskatnuss
- ☐ **2 EL** Zitronen (Saft)
- ☐ **200 g** Gouda
- ☐ **500 g** weißer Spargel (geschält, frisch oder TK)

PISTAZIENKRUSTE:

- ☐ **70 g** Pistazien (gesalzen)
- ☐ **1** Zwiebel
- ☐ **1** Knoblauchzehe
- ☐ **50 g** Semmelbrösel
- ☐ **1 Pr.** Salz
- ☐ **½ TL** Pfeffer
- ☐ **½ TL** Thymian (getrocknet)
- ☐ **50 g** Butter

LAMMFILET:

- ☐ **2 EL** Butterschmalz
- ☐ **600 g** Lammfilets

LAMMFILET MIT PISTAZIENKRUSTE & SPARGEL-KARTOFFELGRATIN / KOCHEN MIT SALLY UND LIDL #2



STELLE DAS GERICHT FERTIG

Backe das Spargel-Kartoffelgratin im vorgeheizten Ofen bei 180 °C O/U für etwa 30-40 Minuten oder bis es gar ist. Stelle den Ofen auf Grillfunktion oder auf 200°C Oberhitze. Schneide die Pistazienkruste in 6 Streifen, lege sie auf das Fleisch und gare das Fleisch nun im oberen Backofeneinschub für etwa 5 Minuten. Das Gratin kann solange auch im Backofen, im mittleren Einschub bleiben. Brate das Gemüse nun 5-6 Minuten in der Pfanne an, würze es mit Salz und Pfeffer. Serviere das Kartoffel-Spargelgratin mit dem bunten Gemüse, dem Lammfilet mit Pistazienkruste und der braunen Soße. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

- ☐ **2 EL** Senf
- ☐ **1 Pr.** Salz
- ☐ **1 Pr.** Pfeffer

DUNKLE SOSSE:

- ☐ **1 EL** Butterschmalz
- ☐ **1** Zwiebel
- ☐ **1** Knoblauchzehe
- ☐ **1 EL** Mehl
- ☐ **4 EL** Balsamicoessig
- ☐ **400 g** Fond (rind)
- ☐ **1 TL** Pfeffer (ganze Körner)
- ☐ **1 Pr.** Salz

GEMÜSEBEILAGE:

- ☐ **3** Karotten
- ☐ **1** rote Zwiebel
- ☐ **1** Zucchini
- ☐ **1 EL** Butterschmalz
- ☐ **1 Pr.** Salz
- ☐ **1 Pr.** Pfeffer