



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

LAMMKOTELETTS MIT FRÜHLINGSGEMÜSE



HAUPTZUTAT

Fleisch

ZUBEREITUNGSZEIT

5 Minuten (plus
Marinieren über
Nacht)

KOCHZEIT

50 Minuten

PORTIONEN

4

ZUTATEN

Für die Marinade:

- 8 Lammkoteletts
- 15 Blätter Minze, fein gehackt
- 2 Zweige Rosmarin, Nadeln fein gehackt
- 3 Zweige Thymian, Blätter fein gehackt
- 2 EL Rapsöl
- Zesten und Saft einer Zitrone
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die Beilage:

- 500 g neue Kartoffeln
- 1 EL Rapsöl
- Meersalz
- 3 Zweige Rosmarin
- 1 Stange Lauch, in 2 cm breite Ringe geschnitten
- 200 g Spargel, holzige Enden entfernt
- 250 g grüne Bohnen (frisch oder TK)
- 150 ml Hühnerbrühe
- 1/2 EL Knoblauch, gepresst

Für die Minzsauce:

- 1 Bund Minze
- 1 Prise Salz
- 4 EL kochendes Wasser
- 4 EL Weißweinessig
- 1 EL Zucker



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

ZUBEREITUNG

- 1) Für die Marinade der Lammkoteletts: In einer Schüssel die Lammkoteletts zusammen mit der Minze, dem Rosmarin, dem Thymian und dem Öl vermengen. Saft einer Zitrone und Pfeffer hinzugeben und das Fleisch gut damit einreiben. Die Schüssel mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken und über Nacht im Kühlschrank einziehen lassen.
- 2) Backofen auf 200 °C (Gas: Stufe 6, Umluft: 180 C) vorheizen.
- 3) Die Kartoffeln halbieren und zusammen mit Öl, Salz und Rosmarin in eine Bratreine geben. 25 Minuten im vorgeheizten Backofen braten, bis die Kartoffeln goldbraun sind. Dabei gelegentlich wenden.
- 4) Nun die Lammkoteletts in die Bratreine geben, sodass die Koteletts auf dem Boden der Bratreine liegen. Für weitere 12-15 Minuten im Backofen braten.
- 5) Anschließend die Lammkoteletts aus der Bratreine nehmen, in Alufolie einpacken und ruhen lassen. Den Lauch, den Spargeln und die Bohnen in die Bratreine geben. Knoblauch darüber pressen und für weitere 10 Minuten im Backofen garen, bis das Gemüse weich ist.
- 6) Für die Minzsauce: Alle Zutaten für die Sauce in einen Mixer geben und zu einer Sauce vermengen.
- 7) Zum Servieren die Koteletts wieder in die Bratreine auf das Gemüse geben und mit der Minzsauce beträufeln.

Anmerkungen des Kochs:

- Die Lammkoteletts sollten idealerweise über Nacht in der Marinade liegen. Sollte man dafür keine Zeit haben, sollten die Koteletts mindestens 4 Stunden marinieren.
- Wer sein Fleisch durchgebraten möchte, sollte es für weitere 5-6 Minuten im Backofen garen und anschließend in Alufolie gepackt ruhen lassen.

Copyright Bild/Rezept © 2021 Le Creuset

www.lecreuset.com