

Lammkotelette mit Heidehonig und Pistazien

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

„Herrlich, französisch“, wenn es etwas Besonders sein soll, einfacher als gedacht

Zutaten

- Für die Lammkotelette:
- 900 g - 1000 g küchenfertiger Lammrücken mit den langen Rippen
- 2 El Heidehonig
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Kruste:
- 1 Tl frischer Rosmarin, gehackt
- 1 kleine Knoblauchzehe, mit Salz gerieben
- 1 - 2 Schalotten, fein gewürfelt
- 30 g Pinienkerne, grob gehackt
- 30 g Pistazien, grob gehackt
- 2 El geriebenes Toastbrot
- 2 El Heidehonig
- Etwas Butter, 1 El Olivenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für den Auberginen - Ricotta Auflauf:
- 600 g Auberginen
- 425 ml stückige Tomaten (Konserven)
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 200 g Ricotta Käse
- 3 EL geriebener Parmesankäse
- 100 ml fettarme Milch
- Etwas frischen Oregano im Töpfchen, gezupft, gehackt
- Etwas Knoblauchsatz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Die Auflage, Kruste:

Schritt3

Zunächst die Pinienkerne und Pistazien etwas ohne Fett bräunen, den Topf zurückziehen, die Butter dazu geben, Schalotten, und den Knoblauch glasig anschwitzen, Rosmarin und das geriebene Brot unterheben, 1 min. zusammen schwitzen lassen.

Schritt4

Schritt5

Die Lammkotelette:

Schritt6

Die Lammrückenstränge salzen, pfeffern und in heißem Öl von allen Seiten anbraten.

Schritt7

Farbe nehmen lassen, heraus nehmen etwas abkühlen lassen.

Schritt8

Mit dem Honig einstreichen und die Pistazien - Pinienkernkruste gleichmäßig verteilen, etwas andrücken.

Schritt9

In eine feuerfeste Form oder auf ein Backblech geben und für 25 - 30 min. in den auf 180° C vorgeheizten Backofen (Oberste Schiene) schieben.

Schritt10

Appetitlich überkrusten, danach prüfen, rosa - Medium - saftig und nicht übergaren und unter Alufolie etwas "ausruhen" lassen.

Schritt11

Der Auberginen - Ricotta Auflauf:

Schritt12

Die Auberginen in der Zwischenzeit waschen, putzen und in der Länge in Scheiben schneiden. Etwas Knoblauchsatz darüber geben, ruhen und Fond ziehen lassen, wieder trocken tupfen.

Schritt13

Für ca. 5 min. bei 200° C in die oberste Schiene des Backofens schieben.

Schritt14

Die Zwiebel glasig anschwitzen und die stückigen Tomaten und Oregano dazu geben, einmal kurz aufstoßen lassen.

Schritt15

Ricotta mit der Milch und dem Parmesan glatt rühren.

Schritt16

In eine ausreichend große Auflaufform zunächst eine Lage Tomaten geben und darüber die Auberginen, dann folgt 1 Schicht Ricotta. Den Vorgang wiederholen und mit einer Ricotta Schicht abschließen, mit Parmesan bestreuen.

Schritt17

Für ca. 20 - 25 min. zum Lamm in den Backofen schieben.

Schritt18

Anrichtevorschlag:

Schritt19

Den "ausgeruhten" Lammrücken zwischen den einzelnen Rippen tranchieren, aufschneiden. (Manchmal muss man auch über zwei Rippen portionieren um schöne Kotelette zu erhalten) Mit dem Auberginen - Ricotta Auflauf zu Tisch geben.

Schritt20

Besonders passend schmecken mit dazu junge in der Schale gebackene Rosmarin Kartoffeln.

Rezeptart: Lammfleisch **Tags:** auberginen, honig, lamm, pistazien

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammkotelette-mit-heidehonig-und-pistazien/>