

# 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/>