

# Lammkoteletts auf Balsamico - Rotwein - Schalotten - Feigen mit Kartoffelgratin



- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-5 ', 'yield' : '' });
```

Eine fruchtig - herzhaft stimmige Kombination

## Zutaten

- 800 g Lammkotelette, portioniert, küchenfertig, gut abgehangen
- 1 Knoblauchzehe
- 2-3 Zweige Thymian
- 600 g große Schalotten
- 400 g Feigen
- 120 ml trockener Rotwein (Sauvignon, Chianti oder Shiraz)
- 2 El Balsamico

- 3 El Pflanzenöl
- 1 Tl Markenbutter
- 1 Tl Puderzucker
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## **Zubereitungsart**

### **Schritt1**

Die Balsamico - Rotwein - Schalotten - Feigen:

### **Schritt2**

Die Schalotten in einem flachen Bratentopf mit Pflanzenöl anbraten und mit dem Puderzucker bestäuben; etwas karamellisieren lassen.

### **Schritt3**

Mit Balsamico ablöschen und mit Rotwein aufgießen, 4 - 5 min. einkochen lassen. Die Schalotten dazu geben, weiter 3 - 4 min. leise köcheln, garen lassen.

### **Schritt4**

Die geviertelten Feigen (reife auswählen, die aber noch fest sind) zu fügen, einmal kurz „aufstoßen“, nicht zu weich werden lassen, ev. nach salzen und pfeffern.

### **Schritt5**

Die Lammkoteletts:

### **Schritt6**

Unter fließendem Wasser waschen, wieder trocken tupfen, salzen, pfeffern.

### **Schritt7**

Zunächst in heißem Pflanzenöl von beiden Seiten mit dem Knoblauch und dem Thymian 3 - 4 min. anbraten.

### **Schritt8**

Nnoch etwas Butter dazu geben, Farbe nehmen lassen. Die Pfanne zurückziehen und mit der Resthitze rosa - saftig zu Ende garen, keinesfalls zu trocken braten.

### **Schritt9**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt10**

Die Schalotten - Feigen mit etwas von dem Rotweinfond „mittig“ auf vorgewärmten Tellern anrichten; darüber die Lammkotelette geben und mit der Bratbutter beträufeln.

## Schritt11

Dazu schmeckt mir ein sahniges Kartoffel Gratin mit Parmesan überbacken.

**Rezeptart:** Lammfleisch **Tags:** kartoffelgratin, kartoffeln

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)495
- Fett (g)16
- KH (g)20
- Eiweiss (g)61
- Ballast (g)4
- Zucker (g)18

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammkoteletts-auf-balsamico-rotwein-schalotten-feigen-mit-kartoffelgratin/>