



# Rosa gebackenes Lammfilet auf bunten Saison Salaten

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schnell gemacht, trendig, leicht und dabei ausgefallen lecker

## Zutaten

- 450 - 500 g geputztes, pariertes Lammfilet
- 2 Eier
- Etwas guten Senf
- 250 g frisch geriebenes Toastbrot
- Etwas Butter
- Gewürze
- Ausreichend frische, bunte Blattsalate nach Marktlage wie:
  - Roter und grüner Frisèe, Feldsalat, Chicorrèe, Rauke etc.
- 12 Kirschtomaten
- 4 - 5 weiÙe Champignonkòpfe in d¼nnen Scheiben
- 5 - 6 frische Radieschen in Scheiben
- 30 g geròstete Pinienkerne, geròstet
- 1 junge, fein geschnittene Knoblauchzehe
- Frische, gehackte Kràuter wie: Thymian, Zitronenmelisse, Petersilie, Schnittlauch etc.
- WeiÙer Balsamico, Olivenòl

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Salate:

### Schritt2

zunàchst die frischen Blattsalate putzen, in mundgerechte St¼cke zupfen und in kaltem Wasser auffrischen.

### **Schritt3**

Die Kirschtomaten ev. halbieren, die Champignonköpfe und die Radieschen in dünne Scheiben schneiden.

### **Schritt4**

Der Dressing:

### **Schritt5**

Aus Balsamico, dem Knoblauch, einem Tl Senf, Salz, Pfeffer, ev. etwas Zucker einen „satten Dressing“ rühren und mit 3 - 4 El Olivenöl aufziehen. Die gehackten Kräuter dazu geben, herzhaft nachschmecken

### **Schritt6**

Die Lammfilets:

### **Schritt7**

Die parierten Lammfilets salzen und pfeffern und mit Senf bestreichen; leicht Mehl wälzen.

### **Schritt8**

Die Eier mit einem El Wasser verklappern und die Lammfilets durchziehen.

### **Schritt9**

Anschließend in geriebenem Weißbrot panieren.

### **Schritt10**

Nunmehr alles in heißer Nussbutter mit Olivenöl ca. 8 min. langsam, appetitlich braun heraus braten, in der Pfanne etwas „ausruhen“ lassen. Anschließend anschneiden, prüfen, rosa lassen.

### **Schritt11**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt12**

Die aufgefrischten und trocken geschleuderten Blattsalate mit der Vinaigrette marinieren und dekorativ nach Farbenspiel kombiniert, anrichten.

### **Schritt13**

Die Champignons, Radieschen, und die Kirschtomaten ebenfalls marinieren und verteilen, geröstete Pinienkerne darüber streuen.

### **Schritt14**

Das „ausgeruhte“ Lammfilet nunmehr in schräg geschnittenen Scheiben auf / an den Salaten platzieren und sofort servieren.

## Schritt15

Gern reiche ich dazu krosses Knoblauchbrot.

**Rezeptart:** Kalte Vorspeisen **Tags:** bunt, einfach, kross, saisonal, trendig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rosa-gebackenes-lammfilet-auf-bunten-saison-salaten/>