

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 weiße Champignonköpfe in dünnen Scheiben
- 5 - 6 frische Radieschen in Scheiben
- 30 g geröstete Pinienkerne, geröstet
- 1 junge, fein geschnittene Knoblauchzehe
- Frische, gehackte Kräuter wie: Thymian, Zitronenmelisse, Petersilie, Schnittlauch etc.
- Weißer Balsamico, Olivenöl

Zubereitungsart

Schritt1

Die Salate:

Schritt2

zunächst die frischen Blattsalate putzen, in mundgerechte Stücke 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/>