



Lammkoteletts an Salbei-Zitronenbutter mit Zwiebelkartoffeln

Eine würzige Sache. Das Fleisch der Koteletts schmeckt besonders kräftig, es soll auch mit etwas Fett durchzogen sein, das gibt zusätzlich Geschmack. Die Koteletts werden im Weisswein mit Zitronensaft, Knoblauch und reichlich Salbei gut 2 Stunden mariniert und nach kurzem, kräftigem Anbraten in der mit Butter vermischten Marinade bis zur gewünschten Garstufe sanft geschmort. Das gibt sehr zarte und saftige Koteletts mit viel Geschmack.

Tipp: Eine Sauce mit saueren Zutaten (Zitrone, Weisswein) schmeckt runder, wenn sie mit wenig Zucker abgeschmeckt wird.

Dazu passt eine rustikale Beilage: Mit Kreuzkümmel gewürzte Ofenkartoffeln, die zusammen mit grob geschnittener Zwiebel im Ofen gebacken werden.

Zutaten (2 Portionen)

- 4 Lammkoteletts, 350g
- 40g Tafelbutter
- 6-8 frische Salbeiblätter
- 3El Zitronensaft
- 5cl Weisswein
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer, 1 Prise Zucker
- Bratbutter

- 2 Kartoffeln festkochend, 280g
- 1 Zwiebel, 70g
- 1Tl Kreuzkümmel ganz
- 2El Olivenöl
- 1/2Tl Salz

Zubereitung

Zitronensaft und Weisswein in eine Schale geben, die Knoblauchzehe dazupressen, feingeschnittener Salbei zugeben und alles gut vermischen. Ein paar Minuten ziehen lassen.

Lammkoteletts mit Haushaltspapier trocken tupfen, beidseitig gut salzen und pfeffern. Die Marinade dazugiessen und auf den Koteletts verteilen. Mit Haushaltfolie abdecken und 2 Stunden bei Raumtemperatur ziehen lassen.

Kartoffeln schälen und längs in grobe Spalten schneiden. Zwiebel schälen, den Wurzelansatz kappen, aber nur soviel, dass die Schalen nach dem Schneiden noch zusammenhalten. Längs zu den Schalen in etwa 10 bis 12 Stücke schneiden. Kreuzkümmel im Mörser grob zerstoßen. Salz und Kreuzkümmel mit Olivenöl vermischen und in einer Schale mit den Kartoffeln und den Zwiebelstücken vermischen. In eine Gratinform geben und in der Mitte des auf 200° vorgeheizten Ofens ca. 40 Minuten braten.

Koteletts aus der Marinade nehmen und die Marinade (mit den Fingern) abstreifen. Auf jeder Seite in heisser Bratbutter ca. 1,5 Minuten anbraten, aus der Bratpfanne nehmen und diese von der Herdplatte ziehen. Bratensatz mit der Marinade ablöschen. Tafelbutter stückchenweise mit dem Schwingbesen einrühren, Sauce mit Salz und Pfeffer und ein bis zwei Prisen Zucker abschmecken. Koteletts wieder in die Pfanne geben und 10 bis 12 Minuten bei kleiner Temperatur schmoren, bei Halbzeit wenden.







