

Lammkoteletts in der Erdäpfelkruste



Foto: Uli Kohl

Zubereitung:

Lamm würzen, mehlieren und kühl stellen. Erdäpfel reiben, ausdrücken und Eidotter und Gewürze begeben. Erdäpfelkruste an die mehlierten Lammkoteletts pressen und in der Pfanne braten. Zwiebel in einem Topf angehen lassen, Tomatenmark begeben und mit der Rindsuppe aufgießen. Zum Schluß rote Bohnen begeben, mit Salz, Pfeffer und Cayenne abschmecken. Das heiße Bohnengemüse auf dem Teller anrichten & die Koteletts darauf geben.

Tipp:

Als Beilage zu diesem Gericht empfiehlt sich außerdem jedes Gemüse mit Paradeiser und Paprika. Nie mit Rosmarin sparen.



Quelle:
Mein Kochbuch
Toni Mörwald

Kochdauer: 15 bis 30 min

Schwierigkeit: Profi-Koch

Menüart: Hauptspeise

Region: Österreich

Eigenschaften: für Feinschmecker

Zutaten für 6 Portionen:

- 6 Stück Lammkoteletts
- 1 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer (schwarz, aus der Mühle)
- Estragonsenf
- etwas Mehl
- Frischer Thymian
- Rosmarin

Für die Kruste:

- 2 Erdäpfel
- Petersilie
- Zitronenthymian
- 1 Eidotter
- Salz
- Pfeffer (weiß)
- Knoblauch

Für das Bohnengemüse:

- 2 EL Paradeismark
- 1 Zwiebel
- 200 g Bohnen (rote)
- Salz
- Cayennepfeffer
- Kräuter (frische, nach Belieben)