

Rezept

Koteletts vom Lammrücken mit Himbeeren

Ein Rezept von Koteletts vom Lammrücken mit Himbeeren, am 10.06.2026

Zutaten

250 g Himbeeren	200 ml Weißwein
1 Knoblauchzehe	400 g Lammkoteletts
4 EL Balsamico bianco	1 Bund Schnittlauch
2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer aus der Mühle	4 EL kalte Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Himbeeren verlesen und nur falls nötig abbrausen und trocken tupfen. Die Hälfte der Beeren mit einem Pürierstab fein zerkleinern, das Himbeerpüree mit dem Weißwein mischen. Den Knoblauch schälen, sehr fein hacken und zum Himbeerwein geben.
2. Die Lammkoteletts abbrausen, um sie von eventuellen Knochensplintern zu befreien, dann trocken tupfen. Die Koteletts in den Himbeerwein legen und darin abgedeckt ca. 1 Std. marinieren lassen.
3. Die Koteletts aus der Himbeermarinade nehmen, abtupfen. Marinade mit dem Balsamico und 100 ml Wasser in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze auf ein Viertel einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und wieder in den Topf geben, warm halten.
4. Inzwischen den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Darin die Lammkoteletts bei starker Hitze auf jeder Seite 2-3 Min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Die Butter in kleinen Flöckchen unter die Himbeersauce schlagen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch und restliche Himbeeren zur Sauce geben. Mit den Koteletts auf Teller verteilen. Am besten schmeckt dazu Weißbrot.