

Rezept

Pochiertes Lamm

Ein Rezept von Pochiertes Lamm, am 17.04.2024

Zutaten

800 ml Lammfond	2 Rosmarinzwige
je 1/2 Bund Petersilie und Kerbel	je 10 Minze- und Basilikumblättchen
1/2 Bund Schnittlauch	1 hart gekochtes Ei
4 EL Olivenöl	2 EL Limettensaft
Salz	Pfeffer
Zucker	350 g Lammrückenfilet
1 Eiweiß	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Fond mit Rosmarinzwigen 10 Min. köcheln lassen. Kräuter waschen, hacken und mischen, 2 EL beiseite stellen. Den Rest mit gehacktem Ei, Öl, Limettensaft, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker verrühren. Lamm salzen und pfeffern. Im Fond 10 Min. auf kleinster Stufe pochieren (nicht kochen!). Herausheben, im Eiweiß, dann in den restlichen Kräutern wenden. Zur Kräutersauce servieren.