Rezept

Pochiertes Lamm

Ein Rezept von Pochiertes Lamm, am 12.10.2024

Zutaten

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

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 Rosmarinzweigen 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.