



Koteletts vom walisischen Lamm (g.g.A.) mit Kräuter-Knoblauch-Sauce

Zutaten

- 4 – 6 magere Koteletts vom Walisischen Lamm
- 15 ml (1 EL) Öl
- 2 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt
- 1 kleine rote Zwiebel, geschält und in Scheiben geschnitten
- 100 g Frischkäse
- 90 ml (6 EL) Milch
- 30 g (2 EL) frische Petersilie und frisches Basilikum, gehackt

Für die Kartoffelecken:

- 2 große Backkartoffeln, in Kartoffelecken geschnitten
- Öl zum Garen

Dazu: gegrilltes Saisongemüse

Zubereitung

1. Ofen auf 190 °C vorheizen.
2. Öl in großer, nicht haftender Pfanne erhitzen. Koteletts vom Walisischen Lamm hineingeben. Knoblauch und Zwiebeln hinzugeben und alles goldbraun braten.
3. Sobald Koteletts goldbraun sind, Herd runter drehen und weitere 4 – 5 Minuten garen lassen. Pfanne dabei zugedeckt lassen. Sollten Zwiebel zu schnell bräunen, diese entnehmen und separat warm halten.
4. Wenn gar, Koteletts aus Pfanne nehmen und warm halten.
5. Frischkäse und Milch in Pfanne geben und mit Sauce und mit Fleischsaft vermischen. Vorsichtig erhitzen und Basilikum und Petersilie untermischen.
5. Für die Kartoffelecken Kartoffeln in Ecken zerteilen und auf Backblech mit etwas Öl für 30 – 40 Minuten backen, bis Kartoffelecken goldbraun und knusprig sind.
7. Koteletts und Kartoffelecken mit Saisongemüse servieren



Zubereitungszeit:
15 Minuten

Portionen: 2

Küche: europäisch

Zuschnitt:
Kotelett/Karree



und mit Kräuter-Knoblauchsauce begießen.