

Lammrezept

Provenzalische Lammkoteletts



8 Lammkoteletts
3 Eßl. Butter
3 Zwiebeln
2-3 Eßl. Fleischbrühe
100 ml Milch
1 Eßl. Mehl
4 Eigelb
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer, etwas Semmelbrösel



Lammkoteletts in 1 Eßlöffel Butter nicht ganz durchbraten und erkalten lassen. Zwiebeln in kleine Würfelchen schneiden und die Würfel kurz blanchieren, dann mit der Fleischbrühe und 1 Eßlöffel butter ca. 20 min bei geringer Hitze im geschlossenen Topf köcheln lassen.

In einem weiteren Topf für die Bechamel-Sauce den Rest Butter schmelzen und mit Mehl anstäuben und mit kochender Milch ablöschen. Die Zwiebeln durch ein Sieb in diese Sauce passieren und kurz ziehen lassen.

3 Eigelbe verquirlen und die gepresste Knoblauchzehe darunter mischen. Den Topf mit der Zwiebelmasse vom Herd nehmen und die Eier daruntermischen; rühren bis die Masse abgekühlt ist.

Backofen auf 260 °C vorheizen.

Die Lammkoteletts auf der einen Seite mit dem letzten Eigelb bestreichen und Semmelbrösel darauf geben, auf der anderen Seite mit der Zwiebelmasse bestreichen. Die Koteletts ca. 10 min überbacken.

Ca. 1 Stunde Zubereitungszeit. Ich wünsche Ihnen

«Guten Appetit»

Ihr Schäfer
Uli Teich

Juradistl-Schäferei
Uli Teich
Regensburg
Lammfleischbestellung:
☎ 0941 6965995
o. 0160 6040970