

Aprikotierter Lammrücken an Rotwein-Honig-Sauce

<input type="checkbox"/>	4 Lammfilets; a je 120 g	Fleischabteilung
<input type="checkbox"/>	Sasso Bio Olivenöl	Gang 7
<input type="checkbox"/>	50 g Getrocknete Aprikosen	Obst/Gemüse
<input type="checkbox"/>	100 ml Rotwein 2004 Raimat Abadida Crianza	Weinabteilung
<input type="checkbox"/>	1 Knoblauchzehe, fein gehackt	Obst/Gemüse
<input type="checkbox"/>	2 Bananen Zwiebeln fein gehackt	Obst/Gemüse
<input type="checkbox"/>	400 Lammfond von <i>Lacroix</i>	Gang 7
<input type="checkbox"/>	4 El. Honig	
<input type="checkbox"/>	1 Bd. Koriander	Obst/Gemüse
<input type="checkbox"/>	5 g Ingwer	Obst/Gemüse
<input type="checkbox"/>	Cayennepfeffer / Pfeffer aus der Mühle	Gang 10
<input type="checkbox"/>	<i>Fleur de Sel de Guérande</i>	Tasting Kitchen

Für die Sauce: Schalotten und Knoblauch im Olivenöl anziehen, mit dem Rotwein ablöschen, Fond und eingeweichte Aprikosen zugeben, köcheln lassen. Würzen, sobald die Sauce genügend eingekocht ist, mit dem Honig abschmecken.

Inzwischen die Lammfilets im heißen Olivenöl anbraten, an der Rotwein-Honig-Sauce servieren.

Bei 185° im Backofen weiter garen bis eine Kerntemperatur von 68° erreicht ist. Auf dem digitalen Bratenthermometer von TFA lässt sich dies besonders gut prüfen. Wenn die Kerntemperatur erreicht ist das Fleisch noch 90 Sekunden ruhen lassen
Dazu empfehlen wir:

Denominacion de Origen
2004 Raimat
Costers del Segre
ABADIA