



Natürlich mehr:
IRISHLAMB.DE



Lammkoteletts mit frischer Kräutersauce

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 12 Lammkoteletts, gut zugeschnitten
- 1 EL Olivenöl
- Schale und Saft einer Zitrone
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Sauce:

- 2 EL Olivenöl
- frische Basilikumblätter, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



Zubereitung

Lammkoteletts in eine flache Bratform legen. Öl, abgeriebene Zitronenschale und Zitronensaft sowie Gewürze gut mischen, damit das Lammfleisch beträufeln und das Fleisch darin 15 Minuten bei Zimmertemperatur marinieren.

Zutaten für die Sauce unterdessen vermischen. Fleisch auf einem heißen Grill oder Bratrost oder in einer heißen Grillpfanne von jeder Seite ganz nach Geschmack 3–4 Minuten braten/grillen. Einmal wenden.

Mit kleinen Kartoffeln und einer Mischung aus Erbsen sowie Brech- und Saubohnen servieren. Mit etwas Sauce beträufeln. Gut dazu passen klein geschnittene, schonend sautierte Kirschtomaten.