▪ Die Küchenschlacht – Menü am 23. April 2019 ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Anika Geisler

Lammfilet mit Knöpfle, glasierten Möhren und Rotweinschalotten

Zutaten für zwei Personen

Für die Lammfilets:
4 Lammfilets, à ca. 100 g
2 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin
30 g Butter
neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Backofen auf 100°C Umluft vorheizen.
Knoblauch abziehen und halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Lammfilets darin von allen Seiten scharf anbraten. Rosmarinzweig im Ganzen, Knoblauch und Butter mit in die Pfanne geben und gut durch schwenken. Anschließend alles für ca. 5 min. im Ofen weiter garen. Am Ende leicht salzen.

Für die Knöpfle:
250 g Mehl
3 Eier
75 g Butter
1 TL Salz

Für den Knöpfleteig Mehl, Eier und Salz in einer Schüssel verrühren und nach und nach so viel Wasser (ca. 80 ml) dazugeben bis eine teigige Konsistenz entsteht. Stark rühren, so dass der Teig Blasen schlägt.
Einen großen Topf Salzwasser aufstellen, die Knöpfle portionsweise über eine Reibe ins Wasser gleiten lassen und kurz garen lassen bis sie aufsteigen. Wasser abgießen und Butter unterheben.

Für die glasierten Möhren:
3 Karotten
3 EL Honig
50 g Butter

Karotten schälen, in Stifte schneiden und in einem Topf mit Salzwasser bissfest gar kochen. Die gegarten Karotten abgießen. Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen lassen, Honig und Karotten dazu geben und durch schwenken.

Für die Rotweinschalotten:
1 Zwiebel
4 Schalotten
200 ml Rotwein
100 ml Portwein
150 ml Rinderfond
neutrales Öl , zum Anbraten
50 g kalte Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten und die Zwiebel abziehen und in feine Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen und Portwein und Fond aufgießen, einreduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit kalter Butter abbinden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.