



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Spargel-Crevetten-Salat

Lammfilet im Kräutermantel, Gefüllte Kartoffeln, Gemüse garnitur

Tarte Tatin

Zutaten:

Zubereitung:

Lammfilet im Kräutermantel, Gefüllte Kartoffeln, Gemüse garnitur

8 Stk	Kartoffeln	mittelgross, gekocht	Gefüllte Kartoffeln: Kartoffeln knapp weich kochen, auf der flachen Seite etwas aushölen und auf ein Backblech legen.
4 Stk	Frühlingszwiebeln	fein, gehackt	Frühlingszwiebeln und Peterli fein hacken und in Bratbutter andünsten. Mit ausgehölter Kartoffelmasse, Eigelb und Frischkäse mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Kartoffeln füllen. Im Backofen bei 180°C während ca. 15 Minuten überbacken.
1 Bund	Petersilie	fein, gehackt	
1 Stk	Bratbutter		
100 g	Eigelb		
	Frischkäse		
	Salz, Pfeffer		
4 Stk	Lammfilet		Lammfilet: Knoblauchzehe in Olivenöl pressen und die Filet mindestens während ¼ Stunde marinieren. Die Knoblauchreste abstreifen, die Filet salzen und pfeffern und im Olivenöl während ca. 5 Minuten scharf anbraten. Im Backofen bei 80°C ca. 15 Minuten ziehen lassen.
1 Stk	Knoblauchzehe		
	Olivenöl		
	Salz, Pfeffer		
200 g	Rüebli	kleine Stk, blanchieren	Gemüse garnitur: Rüsten, in kleine Stücke schneiden und blanchieren. In der Bratpfanne nach den Filet im Bratsatz fertig garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
200 g	Zucchini	kleine Stk, blanchieren	
	Salz, Pfeffer		
1 EL	Senf		Anrichten: Das Fleisch grosszügig mit Senf einpinseln, mit den gehackten Kräutern dicht bestreuen und etwas andrücken. Filet schräg in Stücke schneiden und fächerförmig auf vorgewärmten Tellern anrichten. Zwei Kartoffeln und etwas Gemüse dazu geben.
	Dill	gehackt	
	Schnittlauch	gehackt	
	Petersilie	gehackt	