AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	30 Min.	ganzjährig	Frankreich

LAMMCARRÉ



Rezept und Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Das gesunde Lammfleisch stammt von bis zu einem Jahr jungen Schafen. Brate das Carré am Stück und schneide die Cotelettes erst vor dem Servieren, sie bleiben so viel saftiger. (+30-60 Min. im Backofen)

ZUTATEN (4 PERSONEN)

600 g	Lammcarré	4 EL	Bratöl
4 EL	Butter		Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Fleisch mind. 1 Std. vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank nehmen. Salzen sie es unmittelbar vor dem Anbraten. Backofen auf 100° C vorheizen.
2. Öl und Butter in die Pfanne geben. Heiss werden lassen und Karree rundum gut braun braten.
3. Fleisch mit einer Alufolie abgedeckt in den Backofen geben. Ein mittlelgrosses Stück braucht rund 1 Std. bis es innen rosa ist. Das Fleischthermometer soll ca. 70° C Kerntemperatur erreichen.
4. Vor dem Schneiden 5 Min. bei Raumtemperatur liegen lassen. Schnittflächen der Kotelettes leicht salzen und pfeffern.