AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	15 Min.	ganzjährig	Asien

LAMMNIERSTÜCK, ASIATISCH MARINIERT



Rezept: Rudolf Trefzer, Wohlen - Foto: compactcook

KURZ VORGESTELLT

Lammfleisch, am besten ein Nierstück, in dreierlei Saucen mariniert und sanft angebraten: Raffiniert! (Mindestens 1 Std. marinieren)

ZUTATEN (4 PERSONEN)

600 g	Lammnierstück	4 EL	Teriyaki-Sauce
4 EL	Sojasauce	4 EL	
		1 EL	Honig

ZUBEREITUNG

1. Die drei Fertigsaucen mit dem Honig gut verrühren. Nach Belieben mit Salz und Chili abschmecken.
2. Fleisch mit der Sauce übergiessen und im Kühlschrank mind. 1 Std. marinieren lassen.
3. Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und beiseite legen. Teller wärmen.
4. Marinade wärmen, abschmecken und mit Mehlbutter zu einer Sauce eindicken.
5. Lammfleisch rundum kurz anbraten. Kurz durchziehen lassen.
6. Sauce auf vorgewärmte Teller geben. Fleisch in dünne Tranchen schneiden und auf Sauce legen.

TIPP: Mit Reis und Gemüse nach Wahl servieren.