



Gebratener Lammrücken mit Grünkohl und Pfifferlingen

Schritte: 7

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

4 Portionen

700 g	Lammlachse	1 Kopf	Grünkohl
200 g	Pfifferlinge	50 g	Butter
1 rote	Zwiebel	je 2 EL	Himbeeressig und Balsamico, weiß
100 ml	Wasser	2 EL	Öl, pflanzlich
	Saft einer halben Zitrone		

Zubereitung

1. Aus Himbeeressig, weißem Balsamico, Wasser, einem Esslöffel Zucker und einer Prise Salz eine Marinade herstellen.
2. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die Marinade einmal kurz aufkochen lassen, über die Zwiebeln gießen und für ca. eine Stunde ziehen lassen.
3. Grünkohl waschen, putzen und in grobe Segmente schneiden. Anschließend in kochendem gesalzenen Wasser kurz blanchieren.
4. In einer Sauteuse mit etwas Butter anziehen lassen, zuckern und salzen. Mit etwas Wasser ablöschen, bissfest köcheln lassen und mit Zitronensaft abschmecken.
5. Pfifferlinge putzen und mit der Hälfte der Butter in einer kleinen Pfanne anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Lammrücken pfeffern und salzen, in einer Pfanne medium anbraten und mit Alufolie abgedeckt kurz ruhen lassen.
7. Grünkohl mittig auf einem Teller platzieren und den halbierten Lammrücken darauf anrichten. Mit den Pfifferlingen und marinierten Zwiebelscheiben garnieren. Der Bratensaft vom Lamm kann als Sauce mit angegossen werden.