

LAVENDEL, KRÄUTER UND DEMIGLACE

# LAMMFILET MIT KRÄUTERKRUSTE

## ZUTATEN

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Für vier Personen

- 4 kleine Lammfilets  
(ca. 150 g pro Stück)
- 3 Knoblauchzehen
- 200 ml Rotwein
- 1 Glas Demiglace  
von Ireneus Frost
- 1 Zweig Thymian und Rosmarin
- 1 EL Lavendelblüten
- 1 EL Münstersenf von Ireneus Frost
- 2 EL Semmelbrösel  
(selbst gemacht)
  
- 30 g kalte Butter
- 30 g weiche Butter
  
- Pfeffer, Salz
- Olivöl



- 1.** Lammfilets salzen und pfeffern und mit ein wenig Thymian und Rosmarin würzen. Zusammen mit 2 Zehen Knoblauch von jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten. Dann im vorgewärmten Backofen bei 80 Grad eine halbe Stunde garen.
- 2.** In der selben Pfanne den Ansatz der Lammfilets mit Rotwein angießen und loskochen. Etwa auf ein Drittel einreduzieren. Die Demiglace einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ein einige Minuten einkochen lassen.
- 3.** Eine Zehe Knoblauch schälen und fein schneiden. Mit gehacktem Rosmarin, Thymian, Lavendelblüten und Semmelbröseln mischen. Salzen und pfeffern.
- 4.** Die Lammfilets aus dem Ofen nehmen und dünn mit dem Münstersenf bestreichen. Dann die Kräuter-Brösel-Mischung darüber verteilen. Mit der weichen Butter bestreichen und zum gratinieren unter den Grill schieben.
- 5.** Die Soße mit der eiskalten Butter aufschlagen. Die Filets schräg aufschneiden und mit der Soße auf vorgewärmten Tellern servieren.