

Lammstreifen im Honig

Lammstreifen mit Honig & Crème fraîche

	Für 4 Personen
Zubereitungsart:	Braten
Vorbereitungszeit:	15 min
Bratzeit:	10 min
Total Zubereitungszeit:	25 Std
Aufwand (hoch, mittel, tief)	tief



Ca. 360 g Nierstück vom Rücken (ev. vom Rack herauschneiden)

1.	60 g Pecannüsse 1 Zwiebel Lammfleisch	Grob hacken. Fein hacken. Längs halbieren und in 0.5cm recht feine Streifen schneiden.
2.	1 – 2 EL Olivenöl Fleisch	In Bratpfanne erhitzen. Portionenweise begeben und bei starker Hitze anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.
3.	Zwiebeln und Pecannüsse 2 dl Bratenfond (od. Bouillon) 2 EL grüner, eingeweichter Pfeffer 1 Becher (200g) Crème fraîche 2 EL Blütenhonig	Im Bratsatz anrösten. begeben zum ablöschen. begeben und das Ganze etwas einkochen lassen einrühren und aufkochen.
	Fleisch mit Saft Mit Salz und Pfeffer 4 Zweige Thymian	begeben und alles vermischen – erhitzen aber nicht mehr kochen! nach Belieben würzen. Blätter abzupfen und darüberstreuen.
	Dazu passt:	Rösti oder Nudeln.

Quelle: nach Saisonküche 3/2005 (Stefan Kölsch)

Notizen

Mehr Rezepte: <http://www.engadinerschaf.ch/rezepte/>

✂ EINKAUFSZETTEL ✂

- 60 g Pecannüsse
- Zwiebeln
- Olivenöl
- Bratensauce od. Bouillon
- Grüne Pfefferkörner
- Crème fraîche (200g)
- Blütenhonig
- 4 Thymianzweigelein