

Lammrückenfilet gefüllt mit Kaninchenfilet und Bärlauch



Zubereitung

Für 6-8 Personen

Anstelle der Kaninchenfilets können auch zwei mittlere bis kleine Pouletbrüstchen verwendet werden, welche der Länge nach in breite Streifen geschnitten werden. Den Bärlauch kann man durch Basilikum- oder Spinatblätter ersetzen.

1 Die Lammrückenfilets der Länge nach waagrecht mit einem scharfen Messer tief ein-, aber nicht durchschneiden, sodass sie sich aufklappen lassen.

2 Die Kaninchenfilets mit je 2 Bärlauchblättern umwickeln. Die Lammrückenfilets aufklappen und mit je 1 Kaninchenfilet belegen. Das Lammfleisch darüberklappen. Jedes Filet mit 2 Specktranchen umwickeln.

3 Den Ofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.

4 Eine Bratpfanne erhitzen. Die Bratbutter darin aufschäumen lassen und die Lammrückenfilets in der heißen Bratbutter rundum bei mittlerer Hitze 4 Minuten anbraten. Die Knoblauchzehe samt Schale quetschen und während der letzten Minute beifügen. Die Filets mit dem Bratfett übergießen, mit Pfeffer würzen und auf die vorgewärmte Platte geben. Die Lammrückenfilets im 80 Grad heißen Ofen 60 Minuten nachgaren lassen.

Zutaten

4 Lammrückenfilets, à je ca. 200 g
4 Kaninchenfilets
8 Blätter Bärlauch
8 Tranchen Bratspeck
1 Esslöffel Bratbutter
1 Knoblauchzehe
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
1 Teelöffel Tomatenpüree
3 dl Rotwein
1 dl Portwein, rot
2 dl Kalbsfond, ersatzweise Hühnerbouillon
80 g Butter, kalt
Salz

5 Im Bratensatz das Tomatenpüree leicht anrösten, dann mit Rotwein und Portwein ablöschen. Die Sauce auf einen Drittel einkochen lassen. Den Fond oder die Bouillon beifügen und alles gut zur Hälfte einkochen lassen.

6 Vor dem Servieren die Sauce aufkochen. Die Butter in Flocken beifügen und in die Sauce einziehen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

7 Die Lammrückenfilets in dicke Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Rotweinsauce umgießen.

Was man vorbereiten kann
Die Lammrückenfilets können bereits am Vortag mit den Kaninchenfilets gefüllt werden. Die Sauce kann 1-2 Tage im Voraus zubereitet werden. Den Bratensatz der Lammrückenfilets nach dem Anbraten mit etwas Portwein auflösen und später beim Erwärmen der Sauce beifügen.