



Rote Linsen mit Lammfilets

Ein Fleischgericht mit Linsen, Paprika und Zucchini

etwa 4 Portionen  etwas Übung erforderlich  bis 40 Minuten

- 1 Zubereiten:**
Rote Linsen in Salzwasser etwa 8 Min. kochen, auf einem Sieb abtropfen und auskühlen lassen.
- 2** Paprikaschoten putzen. Zucchini waschen. Paprikaschoten und Zucchini in dünne Streifen schneiden.
- 3** Crème fraîche mit Orangensaft, Salz und Curry würzen. 2 Esslöffel davon mit Linsen und Gemüse verrühren.
- 4** Lammfilets unter fließendem kaltem Wasser waschen, trocken tupfen, schräg in Stücke schneiden und in eine feuerfeste Form geben. Lamm mit etwas Crème fraîche bestreichen und etwas von dem gehobelten Käse darüber streuen. ½ Std. kalt stellen und durchziehen lassen.
- 5** Lammfilets im Backofen grillen.

Garzeit: etwa 10 Min. oder

Oberhitze: 225°C

Einschub: Mitte

Garzeit: etwa 20 Min.

- 6** Linsengemüse und Lamm auf einer vorgewärmten Platte anrichten, übrige Crème fraîche und Käse darüber geben. Sauerampfer waschen, in Streifen schneiden und darüber verteilen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Sauerampfer kann durch glatte Petersilie ersetzt werden.

Zutaten:

Zutaten:

100 g rote Linsen
Salz
150 g rote Paprikaschoten
150 g Zucchini
150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic
2 EL Orangensaft
½ gestr. TL Curry
4 Lammfilets (je etwa 75 g)
100 g fein gehobelter Hartkäse, z. B. Ziegenkäse oder Parmesan
½ Bund Sauerampfer