

Lammkarree in der Kräuterkruste

für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

5 Minuten aktiv, 10 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 8.40

Nährwert pro Rezept

925 Kcal, 83 g Fett, 10 g KH

Zutaten

5 cl Sonnenblumenöl

150 g Lammkarree

Mittelmeer Mix (RL Gewürz)

1 würzen und im Öl anbraten

40 g Butter, schaumig schlagen

25 g Eigelb

3 g Knoblauch, hacken

20 g Toastbrot, reiben

Toscana Kräuter (RL Gewürz)

Griechenland Mix (RL Gewürz)

2 alles unterheben und Masse gut zusammen
verrühren, nach Belieben würzen

Lammkarree

3 die Masse 2 cm dick auf das Karree auftragen
im Ofen bei 180° 12 - 14 Min. backen

Tipp

Lammkarree aus dem Ofen nehmen und 10 Min. ruhen lassen, das Fleisch entspannt sich und ist wunderbar zart.