

Gebratene Lammkoteletts

Leckere gebratene Lammkoteletts schmecken nicht nur im Sommer auf dem Grill. Mit diesem Rezept überzeugt man Lammliebhaber auch zu jeder anderen Jahreszeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,4 h



Zutaten

4 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Thymian
1 EL	Rosmarin
2 TL	Salz
2 EL	Olivenöl
4 Stk.	Lammkoteletts

Zubereitung

1. Für gebratene Lammkoteletts zuerst die Marinade herstellen. Dazu vom Knoblauch die Haut entfernen und diese in eine Schüssel pressen. Thymian und Rosmarin waschen, abtropfen lassen und in ganz feine Streifen schneiden.
2. Mit Salz den Thymian und Rosmarin zum Knoblauch geben, Öl dazu und gut miteinander vermengen. Die Lammkoteletts unter fließendem Wasser abwaschen, trocken tupfen und in die Marinade geben. Gut damit bestreichen, abdecken und 60 Minuten durchziehen lassen. Nun den Ofen auf 200°C vorheizen.
3. In eine beschichtete, aber dennoch ofenfeste Pfanne Öl geben und die Lammkoteletts von allen Seiten gut anbraten. Dies dauert ungefähr 3 – 4 Minuten pro Seite. Das Öl muss richtig heiß sein, damit die Koteletts schön braun sind, aber nicht durchgebraten.
4. Wie beim Rind das Lamm nun noch in den Ofen zum Nachgaren geben. Je nachdem ob man die Lammkoteletts gerne medium oder englisch mag im Backofen lassen. Zum Servieren auf einem Teller anrichten und eventuell mit einem Rosmarin Zweig garnieren.

Tipp

Die Lammkoteletts schmecken besonders lecker mit frischem Gemüse wie Bohnen oder Ratatouille. Aber auch ein Kräuterbaguette und frischer Salat ist einfach köstlich dazu. Das Gericht kann als Vorspeise oder Hauptspeise abgewandelt werden.