



Lachs vom Walisischen Lamm (g.g.A.) auf krossem Bauernbrot mit mediterraner Ofen-Salsa

Zutaten

- 4 Lachse/Nierstücke/Entrecôtes vom Walisischen Lamm
- je 1 rote, gelbe Paprikaschote, geputzt, gewaschen, grob gewürfelt
- 1 kleine Aubergine, geputzt, gewaschen, grob gewürfelt
- 1 Zucchini, geputzt, gewaschen, grob gewürfelt
- 5 g (1 TL) getrockneter Oregano
- ca. 100 ml (ca. 7 EL) Olivenöl
- je 4 Stiele Minze, Thymian, Blättchen gezupft, getrennt gehackt
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 Knoblauchzehe, geschält, grob gehackt
- ca. 5 g (ca. 1 TL) Butter
- 30 ml (2 EL) dunkler Balsamico-Essig
- 4 Scheiben Bauernbrot
- Schale von ½ unbehandelten Bio-Zitrone

Zubereitung

1. Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Gemüse mit Oregano, 3 Esslöffeln Olivenöl und Thymian in Schüssel mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Mischung auf mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen und in vorgeheiztem Backofen auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten lang rösten.
4. Während Gemüse gart, Lamm trocken tupfen. 2 Esslöffel Olivenöl in Pfanne erhitzen und Lammfleisch darin bei starker Hitze rundherum ca. 2 Minuten lang kräftig anbraten. Zum Schluss Knoblauch mit Butter zugeben. Lamm aus Pfanne nehmen, auf Teller legen, mit Salz und Pfeffer würzen. Bratsatz mit Balsamico-Essig ablöschen und über Lachse geben.
5. Gemüse aus Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.
6. Ofen auf 120 °C herunterschalten. Lamm darin weitere ca. 5 Minuten fertig garen.
7. Brot mit restlichem Öl bepinseln und in Grillpfanne von beiden Seiten knusprig rösten. Herausnehmen.



8. Abgekühltes Gemüse auf Brett geben und fein hacken. Zitronenschale und gehackte Minze über Gemüse geben, mischen und auf gerösteten Brotscheiben verteilen.
9. Lamm aus Ofen nehmen, in Tranchen schneiden und auf geröstete, mit Ofen-Salsa belegte Brotscheiben legen.



Zubereitungszeit: 45 Minuten

Portionen: 4

Küche: europäisch, mediterran, italienisch

Zuschnitt: Lachs/Nierstück/Entrecôte