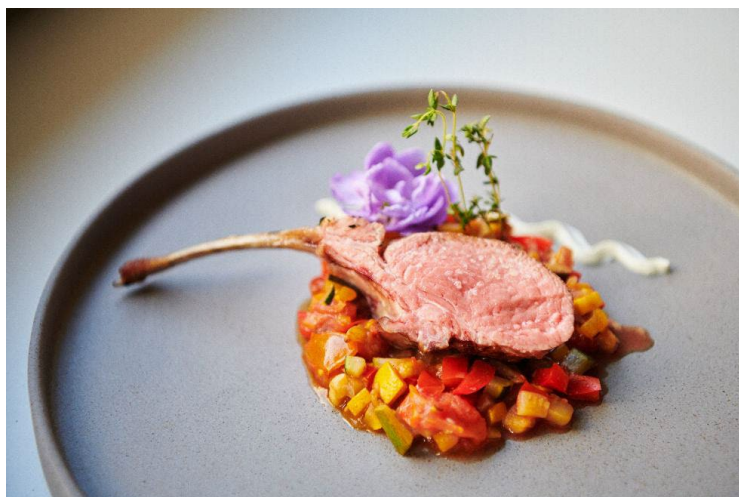


Rosa gebratenes Lammkaree auf Ratatouille

Für 4 Personen | **Vorbereitung:** 10 Min. | **Zubereitung:** 40 Min



Zutaten

Lamm

600g	Lammkarree, pariert
2 EL	Olivenöl
	Salz & Pfeffer

Ratatouille

Wenig	Olivenöl
1 Stk	Zwiebel, fein gehackt
2 Stk	Knoblauchzehen
800 g	Zucchini, fein gewürfelt
1 Stk	Rote Peperoni, fein gewürfelt
1 Stk	Gelbe Peperoni, fein gewürfelt
400 g	Tomaten, fein gewürfelt
	Salz & Pfeffer
½ Bund	Oregano
½ Bund	Thymian

Zubereitung

Lammkarree

Lammkarree würzen und sehr heiss anbraten mit wenig Olivenöl.

Bei 120 Grad im Ofen braten, bis eine Garstufe von 54 Grad erreicht wird. Im abgeschalteten Ofen und leicht geöffneter Ofentür noch mind. 10 Minuten ruhen lassen. Die perfekte Kern-Temperatur beträgt zwischen 56 und 60 Grad.

Ratatouille

Öl in der Bratpfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Gemüse ca. 10 Min. mitdämpfen, würzen. Oregano- und Thymian-Blätter abzapfen, über das Gemüse streuen.

Folgt uns auf Instagram:



Bewertet uns auf Google:

