

Lammfilets mit Bärlauchrisotto

Zutaten: (für 4 Personen)

- 500 g Lammfilets
- 350 g Risottoreis
- ein Bund Bärlauchblätter
- 100 g Pecorino-Käse, gerieben
- 5 EL Olivenöl für das Pesto und zusätzlich für den Risotto
- 200 ml trockener Weisswein
- 1,5 Liter Gemüsebouillon
- 200 ml Lamm-Fonds
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer zum Würzen
- getrocknete blaue Kornblumenblüten zum Dekorieren (optional)

Zubereitung:

Bärlauchblätter waschen, trocken schütteln und grob hacken. Zusammen mit 5 EL Olivenöl und dem Pecorino-Käse in einen Standmixer geben und zu einem feinen Pesto mixen. Falls das Pesto zu trocken ist, noch etwas Olivenöl hinzufügen und mit Salz abschmecken.

1,5 Liter Gemüsebouillon vorbereiten und auf dem Herd warm halten.

In einem grossen Topf 2 EL Olivenöl erhitzen und den Reis darin leicht andünsten. Mit dem Weisswein ablöschen unditerrühren, bis der Alkohol verdampft ist. Die Hitze auf mittlerer Stufe reduzieren und die Gemüsebouillon portionenweise in den Reis rühren bis der Risotto schön cremig ist. Nach rund 15–20 Minuten 3–4 Esslöffel des Bärlauchpestos zum Risotto hinzurühren. Wenn Sie den Geschmack intensiver mag, gibt einfach mehr hinzu. Zum Schluss mit Salz und vielleicht noch etwas Pecorino-Käse abschmecken.

Die Lammfilets von allen Seiten mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und Salz würzen. Die Filets mit etwas Öl in einer erhitzten Pfanne anbraten. Von beiden Seiten 3–4 Minuten lang schön anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und in Alufolie eingewickelt 10 Minuten ruhen lassen.

In einem kleinen Topf den Lamm-Fonds erwärmen und die Flüssigkeit reduzieren bis die Sauce dickflüssiger ist.

Zum Schluss die Lammfilets in schöne mundgerechte Scheiben schneiden.

SERVIEREN | Das Risotto auf tiefen Tellern anrichten und mit Lammscheiben belegen. Mit der Sauce beträufeln, und wer mag, mit einigen getrockneten blauen Kornblumenblüten dekorieren.