Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Gebratene Lamm-Lachse mit lauwarmen Spargel-Salat und gebackene Kartoffelspalten

Lamm zu Ostern

Für viele gehören Lämmer einfach zu Ostern. Entweder als süße Backware, aus Schokolade oder auch als Braten. Johannes Guggenberger hat ein Rezept für Lamm aus der Pfanne.

Gebackene Kartoffeln passen sehr gut dazu. Aber auch Spätzle mit Soße wären ein würdiger Begleiter. Der erste Spargel wurde in Stuttgart auch schon gesichtet. Wer lieber noch warten möchte wählt als Beilage zarten Spinat. Hier die Rezeptur:

Zutaten

für 4 Personen

- 600-800 Gramm küchenfertige Lamm-Lachse
- Salz & Pfeffer aus der Mühle
- 2 Zweige Rosmarin
- 2-3 Esslöffel Rapsöl

- **Für den Spargel-Salat:**
- 1 kg grünen Spargel
- 150 Gramm Allgäuer Bergkäse
- 1 1/2 rote Zwiebel
- 2 gekochte Eier

- 20 Basilikumblätter
- Rapsöl
- Weinessig
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Prise Zucker

- **Für die gebackene Kartoffelspalten**
- 800 Gramm festkochende Kartoffeln, geschält und in Spalten geschnitten
- 3-4 Esslöffel Rapsöl
- Salz

Zubereitung

Für die **gebackenen Kartoffelspalten** den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Kartoffelspalten auf ein Backblech setzen und mit dem Rapsöl einstreichen. Dann das Backblech in den Backofen schieben und die Kartoffeln kross fertig backen. Zum Schluss mit Salz würzen.

Für den **Spargelsalat** die Spargelenden schälen und die Spargel in mundgerechte Stücke schneiden, die Spargelspitzen zur Seite legen. Die Spargelstücke in Salzwasser bissfest weich kochen in den letzten 2 Minuten die Spargelspitzen mit-kochen.

Den Käse klein würfeln, die Zwiebel schälen und in dünne Streifen schneiden und die hart gekochten Eier klein hacken. Alles zusammen mit den Basilikumblättern in eine größere Schüssel geben.

Die fertig gekochten Spargelstücke vom Kochwasser abseihen, ganz kurz mit kaltem Wasser abbrausen, die Spargelstücke sollen aber noch gut warm sein und zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben. Jetzt mit dem Essig, Rapsöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle sowie einer Prise Zucker rezent abschmecken.

Parallel dazu die **Lammlachse** in einer heißen Pfanne mit Rapsöl von beiden Seiten 2 Minuten braten. 10 Minuten in Alufolie ruhen lassen, dann nochmal in der Pfanne auf jeder Seite 3 Minuten braten. In passende Stücke portionieren.