

Gebratenes Lammfilet auf Spargel mit Estragoncreme



Zutaten:

175 g Butter
3 Eigelb
3 EL frischer Estragon
4 Lammfilets (Stück ca. 100g)
Rapsöl zum Braten
Salz, Pfeffer
2 TL Senf
800 g Stangenspargel
4 EL Weißwein



Zubereitung

Zuerst den geschälten Spargel längs halbieren. Danach den Spargel in einem Topf mit kochendem Wasser (etwas Salz und Zucker zugeben) ca. 6 bis 10 Minuten kochen. Spargel mit einer Schaumkelle herausnehmen und warm halten.

Die Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne mit etwas Rapsöl von allen Seiten anbraten. Für 6 bis 8 Minuten in einen auf 160 °C vorgeheizten Backofen geben. Anschließend aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Estragoncreme zuerst Eigelb in einer Metallschüssel über Wasserbad bei mittlerer Hitze mit Weißwein cremig schlagen. Nach und nach flüssige Butter zugeben und zu einer dicklichen Creme rühren. Vom Herd nehmen, den Estragon unterrühren. Mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Schließlich die Lammfilets in Scheiben schneiden und mit dem Spargel und der Estragoncreme auf einem Teller anrichten.

Serviertipp:

Dazu passen Salz- oder Bratkartoffeln.