

Lammsteak-salat

(Rezept für 2 Personen als Hauptgericht „ohne was dazu“.)



300-400 gr. Lammlachse

vor dem Braten Raumtemperatur annehmen lassen. In einer sehr heißen Grillpfanne mit wenig Öl von allen Seiten bei mittlerer Hitze 2 min braten. Mit

2 zerdrückten Knoblauchzehen

1 Zweig Rosmarin

aromatisieren und rundum

salzen und pfeffern.

Im Ofen bei 80° 30 min garziehen, danach auskühlen lassen. Für den Salat

Sherrytomaten

Gurken

Chili

Frühlingszwiebeln

kleinschneiden. Für die Sauce

1 TL Honig

4 EL Reissessig

4 EL Sojasauce

6 EL Olivenöl (oder Sesamöl)

mischen. Mit

Salz und Pfeffer

abschmecken. Das Fleisch in 3 mm dünne Scheiben schneiden, dabei das Messer beim Schneiden etwa 30 Grad anwinkeln, damit die Scheiben etwas großflächiger werden. Mit der Sauce mischen und eine halbe Stunde durchziehen lassen.

Auf einem Teller anrichten und nach Belieben mit

gerösteten Sesamkörnern

Schnittlauch oder Koriander

bestreuen.