



Pochiertes Junglammfilet mit Wurzelgemüse

Zutaten für 2 Personen:

300 g Rückenfilet (Karree oder Knochen von Häuten befreit)
 1 Liter klare Suppe
 1 Rosmarinzweiglein
 1 Thymianzweiglein
 2 Lorbeerblätter
 50 g Butter
 250 g Kartoffeln, festkochend
 200 g Wurzelgemüse (Karotte, Knollensellerie, Gelbe Rübe, Lauch)
 Salz, Pfeffer
 Öl

Zubereitung:

1. Filetstück mit etwas Salz und Pfeffer würzen und in wenig Fett rundum rasch anbraten.
2. Danach das Fleischstück und die Kräuter in die siedende Suppe (ca. 80° C) einlegen und im zugedeckten Topf ziehen lassen.
3. Filet aus der Suppe nehmen. In fingerdicke Scheiben schneiden.
4. Ein Stück kalte Butter in die heiße Suppe geben und auflösen.
5. Das Wurzelgemüse und die Kartoffeln in die Suppe geben. Das zuvor streifig geschnittene Wurzelgemüse der Reihe nach bissfest kochen. Kartoffeln kochen, schälen und schneiden.
6. Das Fleisch in die Wurzelsuppe geben und kurz durchziehen lassen.

BEILAGENEMPFEHLUNG: SALZKARTOFFEL, KRÄUTER-JOGHURT, SCHNITTLAUCH.



Anderlbauer e.K., Hauptstr. 4, 83112 Frasdorf, www.anderlbauer.de