

Lammfilet provençale

Zutaten für 5 Personen

600 g	Lammfilets	damit würzen
	Fleisch & Grill	
	Olivenöl	darin gut anbraten, im Ofen bei 100° warm stellen
5 Stück	Kartoffeln	schälen und in 3 mm dicke Scheiben schneiden
	Olivenöl	damit in Bratpfanne beidseitig anbraten, auf Blech mit Backpapier legen
	American potato	damit würzen, im Ofen bei 180° knusprig backen
2 Stück	Zucchini	schräg in 5 mm dicke Scheiben schneiden
1 Stück	Aubergine	in 5 mm dicke Scheiben schneiden
	Goût provençal	
	Olivenöl	damit marinieren, in Bratpfanne beidseitig anbraten und warm stellen
½ Stück	Zwiebel gehackt	
1 Zehe	Knoblauch gehackt	
	Olivenöl	darin anschwitzen
2 dl	Tomatensugo	angiessen, kurz kochen lassen
	Goût provençal	damit abschmecken

Anrichten:

Gemüse- und Kartoffelscheiben auf Teller anrichten, das Fleisch daraufsetzen, mit Tomatensauce garnieren.



Die verwendeten Gewürze:

Fleisch & Grill

Passt nicht nur zu Fleisch, sondern auch zu Fisch, Gemüse und vegetarischen Speisen. Als Marinade mit Öl zu einer Paste verrühren

Goût provençal

Bringt den Geschmack der Provence in Gerichte mit Lamm, Schwein, Geflügel, Fisch und Gemüse

American potato

Für alle gebratenen, gebackenen und frittierten Kartoffelgerichte