



## Koteletts vom Junglamm mit Specklinsen und Zucchini-Kartoffelrösti

### Zutaten für 4 Personen:

8 Lammkoteletts  
Öl  
100 g Linsen  
50 g Selchspeck  
1/16 Liter klare Suppe  
Essig  
Kräuter (Majoran, Petersiliengrün)  
300 g Kartoffeln  
100 g Zucchini  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

1. Die Linsen einweichen (am besten über Nacht) und abseihen. Speck feinwürfelig schneiden und anrösten. Die Linsen dazugeben, mit Suppe und einem Spritzer Essig ablöschen. Auf kleiner Flamme weich dünsten und mit Salz, Pfeffer sowie den fein gehackten Kräutern abschmecken.
2. Die Fettränder der Lammkoteletts mit einem scharfen Messer mehrmals vorsichtig einschneiden.
3. Für das Rösti die gekochten Kartoffeln grob, die Zucchini fein raspeln. Alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Laibchen formen und beidseitig goldbraun braten.
4. Beinhäute von den Knochenstielen schaben und mit Alufolie umwickeln.
5. Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Öl erhitzen und die Koteletts auf beiden Seiten braun braten. Aus der Pfanne nehmen und rasten lassen.

**UNSER TIPP: DIE JUNGLAMM-KOTELETTS SCHMECKEN AM BESTEN, WENN SIE AUF DEN PUNKT GEBRATEN WERDEN. IM KERN SOLLTE DAS FLEISCH NOCH ZARTROSA SEIN.**



**Anderlbauer e.K., Hauptstr. 4, 83112 Frasdorf, [www.anderlbauer.de](http://www.anderlbauer.de)**