

AROMATISCHE CURRY-LINSEN-PFANNE MIT LAMM

LINSEN | HAUPTSPESIE | 60+ MIN | OHNE EINSCHRÄNKUNG



Zutaten (Für 4 Personen)

- * 250 g Müller's Mühle Pardina Linsen
- * 200 g Schalotten
- * 200 g Möhren
- * 1 Bund Lauchzwiebeln
- * 4 EL Olivenöl
- * 700 ml Lammfond
- * 500 g Lammfilet
- * 1/4 TL Pfeffer (weiß)
- * 1/4 TL Knoblauch-Salz
- * 1/4 TL Thymian (gerebelt)
- * 2 Msp. Rosmarin (gemahlen)
- * Salz
- * 3 EL Honig
- * 2 EL Curry-Pulver

Produkttempfehlungen



PARDINA LINSEN

Zubereitungen

Schalotten abziehen, Möhren schälen, Lauchzwiebeln putzen und mit den Möhren waschen. Schalotten in Spalten, Möhren in Scheiben und Lauchzwiebeln schräg in Ringe schneiden. Zwei Esslöffel Öl erhitzen, Gemüse darin andünsten, Müller's Mühle Pardina Linsen dazugeben, Fond angießen und alles etwa 30 Minuten garen. In der Zwischenzeit Lammfilet waschen, trocken tupfen, mit einer Würzung aus dem restlichen Öl, Pfeffer, Knoblauch-Salz, Thymian und Rosmarin bestreichen, kurze Zeit durchziehen lassen, in einer erhitzten Pfanne braten und warm stellen. Linsen-Pfanne mit Salz, Honig, Curry und Balsamico verfeinern. Lammfilet in Stücke schneiden, mit den Curry-Linsen auf Tellern anrichten und nach Wunsch mit knusprigem Fladenbrot servieren.