

Lammfilets mit Tsatsíki, frittierten Kartoffelscheiben und Djuvec-Reis



Zutaten für vier Personen:

8 frische Lammfilets
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Tsatsíki:
300 g griechisches Joghurt
1/3 einer Salatgurke
1 kleine Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
1 EL Sherryessig
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Lammfilets Zimmertemperatur annehmen lassen. Bei milder Hitze in einer beschichteten Pfanne in wenig Olivenöl auf allen Seiten nur kurz braten, sie sollen innen noch fast rosa sein.
2. Erst nach dem Braten salzen und pfeffern und für einige Minuten in Alufolie ruhen lassen. Mit je 2-3 EL Tsatsíki pro Person servieren.

Tsatsíki:

1. Salatgurke schälen, halbieren, entkernen und fein raspeln. Salzen und ziehen lassen.
2. Griechisches Joghurt in mittleres Schüsselchen geben. 2 EL Olivenöl, 1 knappen EL Sherryessig, Salz, Pfeffer und die zerdrückte Knoblauchzehe in das Joghurt einrühren.
3. Gut abgetropfte Gurke hinzugeben und verrühren.
4. Mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Hinweise:

Frittierte Kartoffelscheiben und Djuvec-Reis siehe eigene Rezepte.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 50 min, Hauptspeisen, Fleisch, Lamm, griechisch

Rezeptanregung: Griechisches Restaurant Poseidon in Bad Mergentheim, November 2010
Anpassung und Foto: Walter Stand 17.01.2023