



Lammkoteletts Tropeano - mit pikanter Zwiebelsauce

Aus Tropea im Süden Kalabriens stammen die besten Zwiebeln Italiens. Es sind grosse, rote und eher milde, leicht süssliche Zwiebeln. Daraus werden auch verschiedene Salsas hergestellt: Beim Picantino Tropeano kommt Peperoncino, Peperoni, Knoblauch, Thon, Essig und Olivenöl dazu. Die Sauce ist mässig scharf und sehr gut geeignet für schnell zubereitet Saucen für gebratenes Fleisch. Ergänzungen brauchts nicht mehr viele, nur etwas Bouillon, Wein und eingelegte, getrocknete Tomaten. Die Sauce passt sehr schön zu kräftigem Fleisch, besonders zu Lammkoteletts.

Dazu Linguine, die kurz in mit Olivenpaste gewürztem Sauerrahm gewendet werden. Zusammen mit dem pikanten Lammfleisch ist das ein so richtig guter Genuss im süditalienischen Stil.

Zutaten (1 Portion)

3 Lammkoteletts, zusammen ca. 180g
3Tl Picantino Tropeano
2 eingelegte, getrocknete Tomaten
5cl Weisswein
5cl milde Hühnerbouillon
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Linguine:

60g Linguine
30g Sauerrahm
2Tl grüne Olivenpaste
Salz

Zubereitung

Lammkoteletts 1/2 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Getrocknete Tomaten hacken.

Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen und die Lammkoteletts darin beiseitig je ca. 1 Minute scharf anbraten. Koteletts aus der Pfanne nehmen und die Temperatur reduzieren. Bratensatz mit Weisswein und Bouillon auflösen und auf etwa die Hälfte einkochen lassen. Picantino Tropeano und getrocknete Tomaten hinzufügen, die Lammkoteletts darauflegen und 10 bis 12 Minuten in der leicht köchelnden Sauce garen.

Linguine in Salzwasser gar kochen. Abgiessen. Pfanne kurz auswaschen. Sauerrahm in die Pfanne geben, schmelzen lassen und die Olivenpaste einrühren. Linguine in die Pfanne geben und mit der Sauce vermischen.

Kurz vor dem Anbraten der Koteletts, die Linguine in sprudelnde Wasser geben. Dann ist die Pasta ungefähr zur gleichen Zeit wie die Koteletts servierbereit.









Sauerrahm mit Olivenpaste

