

LAMMESADEL med lammekød
med Tabbouleh og asparages og radise grøntsager

LAMMESADDEL

FORBEREDELSE . Rengør lammesadel ren og krydre med salt og peber fra møllen. Varm halvdelen af smøret op i en gryde, tilsæt lammesadel og steg kraftigt på begge sider; overfør derefter til en bageplade, spred resten af smøret på kødet og læg urtekvisterne i lige store proportioner til venstre og højre for det. Kog ved 160 ° C i en forvarmet ovn i ca. 5 – 8 minutter.

INGREDIENSER til 4 personer . 800 g Lammesadel . 2 Af Timian . 2 Af Rosmarin
50 g Smør . Salt . fra møllen . Peber . fra møllen





LAMMESADEL med lammekød
med Tabbouleh og asparages og radise grøntsager

LAMBSJUS

FORBEREDELSE . Skræl løgene og skær dem i halve ringe, tryk på hvidløgs-klyven, svampe i kvart. Sæt rapsolie i en gryde, opvarm den og steg grøntsagerne, indtil de er gyldenbrune. Tilsæt til sidst tomatpuréen og steg i 1 minut ved medium temperatur. Puds med portvin, fyld derefter op med rødvin, kog og reducer med halvdelen. Tilsæt lammekraften, krydderierne og tomatfrøene fra tabulatet, lad det simre i ca. 45 minutter og reducer det til ca. 600 ml. Før alt gennem en sigte. Rør smørret i jusen og tyk det med den blandede majsstivelse. krydre med ahornsirup og salt og peber.

INGREDIENSER til 4 personer . 800 ml Lammekød . 1 Løg . 1 Fed hvidløg
100 g Svampe . Rapsolie . 1 Tf Tomatpuré . 50 ml rød port . Tawny
100 ml Rødvin . 2 Af Timian . 2 Af Rosmarin . Tomatfrø . fra tabbouleh
50 g Smør . Madstivelse . rørt . 1 Sf Ahornsirup . Salt . fra møllen
Peber . fra møllen



LAMMESADEL med lammekød
med Tabbouleh og asparages og radise grøntsager

TABBOULEH

FORBEREDELSE . Rengør lammesadel ren og krydre med salt og peber fra møllen. Varm halvdelen af smøret op i en gryde, tilsæt lammesadel og steg kraftigt på begge sider; overfør derefter til en bageplade, spred resten af smøret på kødet og læg urtek-visterne i lige store proportioner til venstre og højre for det. Kog ved 160 ° C i en for-varmet ovn i ca. 5 – 8 minutter.

INGREDIENSER til 4 personer . 100 g Bulgur . 200 ml Vand . 1,5 Tf Vegetabilsk bouillon . BDH . 2 Tomater . Salt . fra møllen . 1/2 Citron . saftpressning 25 g flydende Skat . 50 g Olivenolie . 10 Sf Persille . glat . 8 Sf Mint . blade



ASPARGES OG RADISE GRØNTSAGER

FORBEREDELSE . Skræl den hvide asparges, afskær enderne af den grønne asparges; Fjern blade og rødder fra radiserne. Skær aspargesen i bitstykker og skær radiserne i skiver. Læg noget rapsolie i en gryde, og opvarm den, steg aspargesne i den, og krydre med en knivspids sukker, salt og grøntsagssuppe (vi anbefaler også vores BENEN-DIKEN-HOF vegetabilsk bouillon her). Glas af med ca. 50 ml vand, dæk derefter med et låg og kog asparges ved lav temperatur. Til sidst tilsæt radiser og purløg og afslut med smøret.

INGREDIENSER til 4 personer . 300 g Asparges . hvid . 300 g Asparges . grøn 5 Radise . Purløg . frisk . Rapsolie . Salt . fra møllen . Sukker . 0,5 Tf Vegetabilsk bouillon . BDH . 50 ml Vand . 20 g Smør

