saisonküche

Lammfleisch mit Haselnüssen und Oliven



Zubereitungszeit

30 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien:	410 kcal
Eiweiss:	30 g
Fett:	31 g
Kohlenhydrate:	5 g

Zutaten für 4 Portionen

1	Karotte
2	Stangen Stangensellerie
1	Zwiebel
40 g	Haselnüsse
80 g	schwarze Oliven, z.B. Kalamata
480 g	Lammgeschnetzeltes, z.B. Huft
	Salz
	Pfeffer
4 EL	Olivenöl
5 dl	Rindsbouillon oder -fond
0.25 Bund	Petersilie
50 g	Mascarpone

Zubereitung

1. Karotte längs halbieren und mit dem Stangensellerie in Scheiben schneiden. Zwiebel hacken. Nüsse grob hacken. Oliven halbieren und entsteinen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer weiten Bratpfanne erhitzen, Fleisch in 2 Portionen bei grosser Hitze anbraten. Herausnehmen. Karotte, Sellerie, Zwiebel, Nüsse und Oliven in die Pfanne geben und ca. 5 Minuten anbraten. Mit der Bouillon ablöschen und ca. 15 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen, Flüssigkeit dabei um die Hälfte einkochen lassen. Lammfleisch dazugeben und nur noch in der Sauce heiss werden lassen. Petersilie hacken, mit Mascarpone zum Fleisch geben. Mit Nudeln servieren.