

Lammfilet á la Stroganoff

Zutaten für 3 Portionen:

- 3 Lammfilet(s) (etwa 400 – 500 g)
- 4 Schalotte(n) oder 3 kleine Zwiebeln
- 200 g Champignons, kleine
- 6 m.-große Gewürzgurke(n) (ca. 150 g)
- 2 Zehen Knoblauch
- 250 ml Lammfond oder Rinderfond
- 200 ml Sahne
- 65 ml Portwein oder Sherry
- 2 EL Butterschmalz oder Butter
- 2 EL Mehl
- 3 TL Dijonsenf
- 2 TL Estragon, getrockneter
- 2 EL Gurkenflüssigkeit
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 2 TL Paprikapulver, rosenscharf
- 1 Prise(n) Zucker
- Salz / Pfeffer

Zubereitung:

Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Gewürzgurken in feine Stifte schneiden.

Die kleinen Champignons (wer hat, verwende die braunen) putzen und in Scheiben

schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Lammfilets von Haut und

Sehnen befreien und schräg in Streifen schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Lammfilet, gegebenenfalls in zwei

Etappen, maximal 2 Minuten rundum kräftig anbraten. Die Filetstreifen sollten am

besten innen rosa bleiben. Auf keinen Fall länger braten,

sonst wird das Fleisch zäh.
Herausnehmen und beiseite stellen.

In dem Bratfett nun die Schalotten goldgelb anbraten. Pilze, Knoblauch und Gewürzgurken zugeben und ebenfalls anbraten. Das Mehl darüber stäuben und unter Rühren anschwitzen. Mit dem Lammfond und der Sahne ablöschen. Den Portwein und die restlichen Zutaten zufügen. Aufkochen lassen und bei kleiner Hitze etwas einreduzieren, bei Bedarf noch etwas binden.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Soße sollte eine deutliche Estragon-Note haben. Nun die Sauce vom Herd nehmen, die Filetstreifen zufügen und zugedeckt etwa 3 Minuten warm werden lassen.

Mit Spätzle, Bandnudeln, Kroketten oder Herzoginkartoffeln servieren.

Tipp: Anstelle der Gewürzgurken lässt sich auch eingelegte Rote Bete verwenden, dann aber die Flüssigkeit weglassen.

Arbeitszeit ca. 30 Minuten
Gesamtzeit ca. 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad normal