

Die ersten Frühlingsboten! Rezept: Ben Kindler/Foto: Jan Bürgermeister  
Kochkolumne *liveMAGAZIN* März-April 2018

## Frühlingspasta mit gebratenem Lammfilet und Kräuter Pesto

### Zutaten für 2-4 Portionen:

#### Kräuter-Pesto

*Gemischte Frühlingskräuter z.B.: Bärlauch, Schnittlauch, Petersilie, Dill, Kerbel, mildes Olivenöl, 1 Prise Salz, 1 TL Zitronensaft*

Für das Kräuter-Pesto alle Zutaten im Mixer in kurzen Intervallen fein pürieren.

#### Lammfilet

*2 Lammfilets, 1 Knoblauchzehen, 1 EL Olivenöl, 1 Zweig Rosmarin, 1 Zweig Thymian, 1 Lammbratwurst, Fleur de Sel, schwarzer Pfeffer aus der Mühle*



Lammfilets und Lammbratwurst in einer Pfanne mit Olivenöl etwa 4 Minuten scharf anbraten, immer wieder wenden. Einen Kräuterzweig und eine angedrückte Knoblauchzehe mitbraten. Die Filets aus der Pfanne nehmen, mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen und etwa 4 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

#### Frühlingspasta

*500 g Linguine, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehen, 3 EL Olivenöl, 2 Zweige Rosmarin, 2 Zweige Thymian, 1 Lammbratwurst, 100 ml Weißwein, 2 EL Crème fraîche, 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel, 1 Prise gemahlene Koriandersamen, 1 Hand voll junger Spinat, 4 getrocknete Tomaten, 1 EL schwarze Kalamata Oliven, Schale von 1/2 Zitrone, fein abgerieben, 1 TL Butter, Fleur de Sel, schwarzer Pfeffer aus der Mühle*

Schalotte und Knoblauch fein hacken und in derselben Pfanne in reichlich Olivenöl anschwitzen. Rosmarin und Thymian hinzugeben und kurz mitrösten. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren. Die Gewürze hinzugeben und mit der Crème fraîche verfeinern. Getrocknete Tomaten und Oliven hinzugeben, mit Fleur de Sel und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Linguine in viel und reichlich gesalzenem Wasser abkochen. Die Garzeit um 2 Minuten reduzieren und bei mittlerer Hitze kurz ziehen lassen. Die Nudeln abgießen. Vom Kochwasser einen kleinen Rest zurückbehalten. Mit einem Teelöffel Butter, einem Spritzer Olivenöl, sowie der Zitronen-Schale verrühren und dann die Nudeln in dieser Flüssigkeit gut durchschwenken und in die Pfanne geben. Zuletzt den Spinat unter die Nudeln rühren und das Lammfilet, sowie die Lammbratwurst dünn aufschneiden und auf dem Gericht schön anrichten. Mit dem Kräuter-Pesto verfeinern.