



# Lammfilet an Rotweinsauce mit Reis und Ofengemüse

## Zutaten

12 Lammfilets	250 ml Rotwein
2 Auberginen	250 ml Rinderfond
2 grüne Zucchini	4 Stiele Rosmarin
2 gelbe Zucchini	4 Stiele Thymian
6 Möhren	8 Stiele Oregano
2 Zwiebeln	etwas Olivenöl
4 Knoblauchzehen	etwas Salz und Pfeffer

## Zubereitung

1 Knoblauchzehe schälen und in feine Streifen schneiden. Von einem Rosmarinstiel die Nadeln abstreifen. Das Lammfilet mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, dem Rosmarin und der Knoblauchzehe marinieren. Das geschnittene Gemüse in eine große Auflaufform geben. Restliche Kräuter grob hacken und zufügen. Die anderen Knoblauchzehen schälen und mit dem Messer andrücken, ebenfalls zum Gemüse geben. Salz, Pfeffer und ca. 4–5 EL Olivenöl zufügen. Alles gut vermengen. Bei 200–220° C für eine gute halbe Stunde in den Ofen geben. Gelegentlich umrühren. Den Reis nach Packungsangaben zubereiten. Die Lammfilets in einer Grillpfanne von jeder Seite 3–5 Minuten anbraten. Nach Ende der Bratzeit auf einem Teller in den Ofen zum Gemüse stellen.

Die restliche Marinade in dieselbe Pfanne geben, kurz anbraten und mit Wein und Fond ablöschen. Bratensatz vom Boden lösen und alles ca. 5–10 Minuten auf stärkster Hitze einkochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.