

# Sous Vide gegartes Lammfilet mit violetter Erdäpfelpüree und Erdäpfelsalat

## 1/3 Lammfilet

Dauer: Mittel    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Frühling Ostern    Für: 4 Personen

### Zutaten

900 G	Lammfilet
2	Rosmarinzweige
20 G	Butter
2 EL	kaltgepresstes Rapsöl
2 EL	Enziansirup
	Salz
	gemahlener Pfeffer

### Zubereitung

1. Lammfilet mit einem Stück Butter und Rosmarinzweigen in einem Vakuumsack geben, vakuumieren und bei 55° C ca. 25-30 min im Wasserbad garen.
2. In einer Pfanne Butter und Öl erhitzen, das Fleisch aus dem Vakuumsack auspacken und ohne die Aromaten in die heiße Pfanne geben, von jeder Seite ca. 2-3 Minuten scharf anbraten.
3. Dabei das Fleisch mit etwas Enziansirup (oder Honig) karamellisieren.

Achtung, der Sirup verbrennt sehr schnell, deswegen vorsichtig und zügig arbeiten danach das Filet mit den groben Salz bestreuen.

# Sous Vide gegartes Lammfilet mit violetter Erdäpfelpüree und Erdäpfelsalat

---

## 2/3 Erdäpfelpüree

---

Dauer: Mittel    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Frühling Ostern    Für: 4 Personen

---

### Zutaten

400 G	violette Erdäpfel
200 ML	Obers
20 G	Butter
	geriebene Muskatnuss
	Salz

### Zubereitung

1. Die violetten Erdäpfel gut waschen, schälen und mit Salz und einem Stück Butter weich kochen.
2. Wenn die Erdäpfel weich sind, restliches Kochwasser abgießen, in einem Topf Obers erhitzen und die Erdäpfel durch eine Erdäpfelpresse in das Obers drücken mit einem Schneebesen verrühren.
3. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

# Sous Vide gegartes Lammfilet mit violetter Erdäpfelpüree und Erdäpfelsalat

## 3/3 Erdäpfelsalat

Dauer: Mittel    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Frühling Ostern    Für: 4 Personen

### Zutaten

600 G	speckige Erdäpfel
3-4 EL	Essig
150 ML	Gemüsebrühe
	Salz
1 HANDVOLL	Bärlauch
2	Eidotter
250 ML	Rapsöl
1 TL	Senf
2 EL	Essig
1 PRISE	Zucker
	Salz

### Zubereitung

1. Die Erdäpfel gut waschen und mit Schale bissfest kochen.
2. Danach kurz unter kaltem Wasser abschrecken und je nach Größe mit der Schale halbieren oder dritteln.
3. Für das Dressing, Essig, Gemüsebrühe, Salz und Muskat, sowie etwas von unserer Bärlauchmayonaise gut verrühren.
4. Dann die vorbereiteten Erdäpfel vorsichtig unterheben und mit weiterer Bärlauchmayonaise, je nach Geschmack verfeinern.
5. Für die Bärlauchmayonaise den Bärlauch unter fließendem kaltem Wasser abrausen und sanft trocken tupfen, danach den Bärlauch in feine Streifen schneiden und beiseite stellen.
6. Das Eigelb, den Zucker, Senf und Essig mit dem Pürierstab in einem hohen Gefäß gut vermengen wenn alles schön cremig ist, langsam das Öl in die Eimasse mit dem Pürierstab einarbeiten solange mit dem Pürierstab weiter mixen bis eine schöne Mayonnaisecreme entstanden ist.
7. Danach mit einer Gabel die Bärlauchstreifen unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Übriggebliebene Mayonnaise kann man im Kühlschrank, wenn frische Eier verwendet wurden, gut eine Woche aufheben.