

## Lamm-Filet mit Spaghetti und roter Pfeffer-Soße

### Für 2 Personen

6 Lammfilets a 100 g	300 g Spaghetti	500 g passierte Tomaten
1 Knoblauchknolle	1 Zwiebel	200 ml Schlagsahne
200 ml Lammfond	200 ml trockener Weißwein	1 Bund glatte Petersilie
3 Zweige Rosmarin	Olivenöl	2 EL grüner, eingel. Pfeffer
Salz	schwarzer Pfeffer	

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. In einem anderen Topf Olivenöl auf 60 Grad erhitzen. Die Lammfilets waschen und trockentupfen. Drei Knoblauchzehen abziehen und mit dem Rosmarin in das Olivenöl geben, sodass sie darin schwimmen. Das Fleisch hinzugeben und für circa 20 Minuten garen. Die Zwiebel und zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und darin die Zwiebel, den Knoblauch und den grünen Pfeffer andünsten. Mit dem Lammfond und dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Die passierten Tomaten und die Schlagsahne hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei schwacher Hitze weiter reduzieren lassen. Die Spaghetti im Salzwasser circa acht bis zehn Minuten bissfest kochen. Die Petersilienblätter vom Stängel abzupfen, fein hacken, etwa eine Handvoll für die Garnitur zur Seite legen und die restliche Petersilie zu der Pfeffersoße geben. Eine weitere Pfanne erhitzen und darin die Lammfilets scharf anbraten. Die Spaghetti in der Pfeffersoße schwenken. Die Lammfilets und die Spaghetti auf Tellern anrichten, mit der restlichen Petersilie garnieren und servieren.

Eike Andela am 21. Februar 2011