



**Lammkoteletts im Parmesan – Bierteigmantel an einem buntem Frühlingsalat
von Radieschen, Gurke, weißem und grünem Spargel, und Kirschtomaten in
seinem Nest an feinem Bärlauch - Joghurtdressing**

Für 4 Personen:

20 Lammkoteletts

1 kleiner Bund Suppengrün

Für den Teig:

100 gr. Mehl

75 ml. Hefeweizenbier

10 ml. Olivenöl

2 Eigelb

2 Eiweiß in Schnee geschlagen

30 gr. Geriebener Parmesan

Für den Salat:

1 Bund Radieschen

1 kleine Staudensellerie

200 gr. Salatgurke

1 Bund grüner Spargel (ca. 16 Stangen)

100 gr. Kirschtomaten

1 Frühlingszwiebel

Für das Nest:

Je 1 Kopf Frisée Salat, Radicchio

1 Bund Ruccola

Für den Dressing:

1 Becher Joghurt mild 3,5%

0,1 l. Olivenöl

Den Saft einer Limette

1/2 Esslöffel Schwarzer Balsamico Essig

3 Blätter Bärlauch oder 1 Teelöffel Bärlauchpesto

Außerdem:

Olivenöl, Salz, Pfeffer, Fleur de Sel

Etwas Kerbel, Dill, Minze und Majoran

1 Zu Beginn den Frisée Salat saubern und klein schneiden. Nun den Radicchio von den äußeren Blättern und dem Strunk befreien und in dünne Streifen schneiden. Rucicola durchsortieren, mit den restlichen Salaten sorgfältig waschen und anschließend kühl aufbewahren.

2 Den grünen Spargel schälen, knackig kochen und in kaltem Wasser abschrecken. Radieschen und Staudensellerie von den Wurzeln und Blättern trennen, abspülen und anschließend in dünne Scheiben schneiden. Die Salatgurke in kleine Würfel schneiden. Kirschtomaten waschen und vierteln. Die Frühlingszwiebeln in kleine Rauten schneiden und die Kräuter zupfen. Die grüne Spargelspitzen abschneiden und für die spätere Tellerdekoration aufbewahren, den Rest in kleine Stücke schneiden.

3 In einer großen Schüssel, Joghurt, Olivenöl, Limettensaft, Balsamico Essig, Salz, Pfeffer, und den Bärlauch unterrühren. Anschließend die Radieschen, Spargel, Gurkenstücke, Kirschtomaten und die Frühlingszwiebeln dazu geben und sorgfältig mischen.

4 Die Lammkoteletts zuputzen. Mit den entstandenen Abschnitten und dem Bund Suppengrün eine kleine Jus ansetzen.

5 Für den Teig alle Zutaten, außer dem Eischnee, in eine Schale geben und gut verrühren. Das geschlagene Ei wird zum Schluss untergerührt.

6 Die Jus absieben, leicht abbinden und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

7 In einer Pfanne das Sesamöl erhitzen und die im Teig getunkten Lammkoteletts darin ausbacken ca. 4 bis 5 Minuten.

8 Auf einem Teller 4 Spargelspitzen auf die untere Hälfte des Tellers platzieren, worauf man dann sofort das Nest aus der Salatmischung setzt. In das Salatnest legt man nun den bunten Spargelsalat. das Ganze betreuffelt man dann mit ein wenig Dressing. Auf den bunten Salat legt man schließlich die ausgebackene Lammkoteletts und gebe etwas Jus darüber. Für die Verfeinerung streut man gerne noch ein paar Kräuter und etwas Fleur de Sel über das Gericht.