

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Gebackenes Lammbrises auf Paprikagemüse

Zutaten

(4 Personen)

- ½ rote und ½ gelbe Paprika
- 1 kleine Zucchini
- 2 EL Olivenöl
- 250 g Herzbrises vom Lamm
- Salz
- 2 EL Mehl
- 1 verquirltes Ei
- 2 EL Brösel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine Chilischote
- ½ Zwiebel, fein gewürfelt
- ½ Dose geschälte Tomaten
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 TL Zucker
- 1 Prise Salz
- etwas Pfeffer
- 1 EL Butterschmalz

Zubereitung

Paprika in Würfel und Zucchini in Scheiben schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Paprika und Zucchini darin anschwitzen. Das Bries beidseitig salzen und mit Mehl, verquirltem Ei und Brösel panieren.

Etwas geschnittenen Knoblauch, eine kleingeschnittene Chilischote und Zwiebel in kleiner Würfelform in der Gemüsepfanne mitbraten. Tomaten, etwas Olivenöl, Zucker, Salz und Pfeffer unterrühren.

Bries in Butterschmalz bei geringer Hitze rausbraten und auf dem Gemüse servieren.