# Sous Vide gegartes Lammfilet mit violettem Erdäpfelpüree und Erdäpfelsalat





Dauer: Mittel
Kategorie: Hauptspeisen
Saison: Frühling Ostern
Für: 4 Personen
Verfasst von: Salzburg schmeckt

# Zutaten

# Lammfilet

	900 G	Lammfilet
• • •	2	Rosmarinzweige
	20 G	Butter
	2 EL	kaltgepresstes Rapsöl
	2 EL	Enziansirup
• •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••••••••••••••

Salz

	gemahlener Pfeffer		
Erdäpfelpüree			
400 G	violette Erdäpfel		
200 ML	Obers		
20 G			
	geriebene Muskatnuss		
	Salz		
Erdäpfelsalat			
•			
600 G	speckige Erdäpfel		
3-4 EL			
150 ML	Gemüsebrühe		
	Salz		
1			
HANDVOLL	Bärlauch		
2	Eidotter		
250 ML	Rapsöl		
1 TL	Senf		
2 EL	Essig		
1 PRISE	Zucker		
	Salz		

#### Zubereitung

#### Lammfilet

- 1. Lammfilet mit einem Stück Butter und Rosmarinzweigen in einem Vakuumiersack 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.

### Erdäpfelpüree

- 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.

# Erdäpfelsalat

- 1. Die Erdäpfel gut waschen und mit Schale bissfest kochen.
- 2. Danach kurz unter kaltem Wasser abschrecken und ja 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 Bärlauchmayonnaise, je nach Geschmack verfeinern.
- 5. Für die Bärlauchmayonaise den Bärlauch unter fliesendem kalten Wasser abbrausen und sanft trocken tupfen, danach den Bärlauch in feine Streifen schneiden und beiseite stellen.

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.

Durch das schonende Zubereiten beim Sous Vide Garen, bleiben alle Aromen und viele wichtige Inhaltsstoffe erhalten.