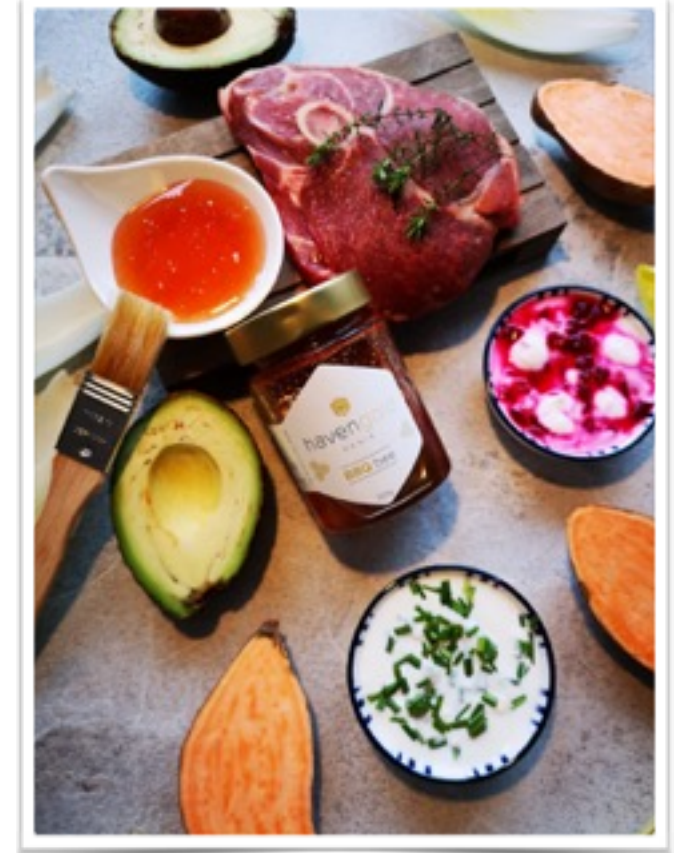


Lammkotelett mit gebackenen Süßkartoffeln

havengold steht für hochwertige Honige und Honigerzeugnisse aus Deutschland. Individuell, einzigartig und modern – havengold eben. Ob klassischer Sortenhonig oder besondere Spezialitäten – wir haben das richtige für dich. Lass dich überraschen!

Für ganz besondere Momente kreieren wir Spezialitäten wie BBQ bee, HOT CHILI BBQ bee, OLDENBURGER STADT bee, ROSENTRAUM bee, HIMBEER bee, LAVENDEL bee, MARZIPAN bee oder unseren leckeren WINTER bee.

Onlineshop unter: <https://havengold.de>



Zubereitung (Beispiel) für 2 Personen

1. Rote Bete und Schnittlauch in feine Stücke schneiden. In eine kleine Schüssel 40 ml Sauerrahm geben und mit Schnittlauch verrühren. In einer anderen Schüssel die rote Bete mit dem Sauerrahm verrühren.
2. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Süßkartoffeln mit Olivenöl einstreichen und für 15 Minuten in den Ofen stellen.
3. Avocado schälen und Fruchtfleisch mit einer Gabel in einer Schüssel zerkleinern. Zitronensaft, Pfeffer und Salz dazugeben und alles verrühren. 3 Lammkoteletts mit dem Havengold BBQ bee Honig einstreichen und in einer beschichteten Pfanne mit der Butter anbraten. Alle 3 Minuten Fleisch wenden.
4. Süßkartoffeln aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Dann die Kartoffeln mit Sauerrahm bestreichen und auf einem Brett anrichten.
5. Koteletts aus der Pfanne nehmen und neben den Kartoffeln arrangieren. Das noch heiße Fleisch wiederholt mit dem Havengold BBQ bee Honig einstreichen.
6. Chicoree putzen und auseinander zupfen. Auf dem Speisebrett schön dekorieren und servieren. Enjoy your Meal!

Einkaufsliste

Zutaten	Vorh.	Menge
500g Lammkotelett	<input type="checkbox"/>	
400g Süßkartoffeln	<input checked="" type="checkbox"/>	
20g Rote Beete	<input type="checkbox"/>	
30g Schnittlauch	<input type="checkbox"/>	
1 EL Oliven Öl	<input type="checkbox"/>	
Avocado	<input type="checkbox"/>	1
Zitrone	<input type="checkbox"/>	1
Chicoree	<input type="checkbox"/>	1
1 EL Salz	<input type="checkbox"/>	
1 EL Pfeffer	<input type="checkbox"/>	
3 EL Havengold BBQ Honig	<input type="checkbox"/>	
20g Butter	<input type="checkbox"/>	
80ml Sauerrahm	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	



Erstellt durch:
Buddy Dinner

E-Mail: info@buddydinner.de
Website: www.buddydinner.de