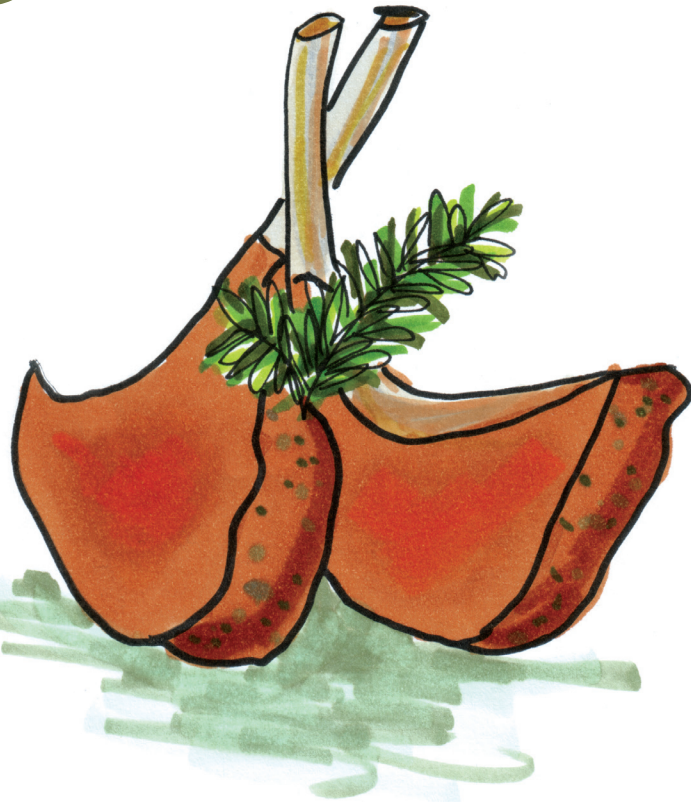


# geschmorte Lammkoteletts



## ZUTATEN:

für 4 Personen:

8 Lammkoteletts, etwa 600-700 g,

1 große Knoblauchzehe, 1 Esslöffel Kräutermischung für Fleisch,  
Salz, Pfeffer, 80 ml „Olivenöl nativ extra“,

4 Stück reißfeste Alufolie, etwa 40 cm lang

## ZUBEREITUNG:

Zubereitungszeit: etwa 20 Min, Garzeit: 1 1/2 Stunden im Backofen bei 180°C. Den Knoblauch kleinhacken, mit Salz, Pfeffer, der Kräutermischung und der Hälfte des Olivenöls in einen tiefen Teller oder eine kleine Schüssel geben und mit vier Tropfen Zitronensaft vermischen. Die fertige Soße mit einem Löffel gleichmäßig auf beiden Seiten des Fleisches verteilen. In ein Stück Alufolie werden je zwei aufeinandergelegte Koteletts locker eingeschlagen. Zu jedem Paket je einen Zweig Thymian und Rosmarin, sowie einen Esslöffel „Olivenöl nativ extra“ begeben. Die Alufolie nicht an das Fleisch drücken! Die Päckchen auf ein Backblech legen und in der Mittelschiene des Backofens schmoren lassen. In geschlossener Folie servieren.

## TIPP:

Wie lange die tatsächliche Garzeit ausfällt, hängt ganz von der Leistung Ihres Backofens ab.