**Jacqueline Amirfallah**
**Melonensalat mit Lammkoteletts**

**Mittwoch, 7. Juli 2021**
**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: 45 Minuten**
**Schwierigkeitsgrad: leicht**
**Mediterran, Feine Küche**

**Zutaten:**

**Für den Salat:**

| | |
|---|---|
| je 1 kleine | Galia-, Wasser- und Honigmelone |
| 1 Bund | Estragon, klein |
| 50 g | Oliven, bunt gemischt |

**Für die Vinaigrette:**

| | |
|---|---|
| 1 TL | Senf |
| 4 EL | Olivenöl |
| 2 EL | weißen Balsamico |
| 1 Prise | Zucker |
| 1 Msp. | Piment d ‘Espelette oder scharfes Paprikapulver |
| etwas | Salz |
| etwas | Pfeffer |

**Für die Lammkoteletts:**

| | |
|---|---|
| 10-12 | Lammkoteletts (pro Person 2-3) |
| einige Zweige | Thymian |
| 1 | angedrückte Knoblauchzehe |
| etwas | Salz |
| etwas | Pfeffer |
| etwas | Bratfett |

**Außerdem:**

| | |
|---|---|
| 100 g | cremiger Schafskäse |
| 1 Bund | Basilikum, kein |
| etwas | Olivenöl |

**Zubereitung:**

1. Für den Salat Melonen halbieren, Kerne auslösen. Aus dem Melonenfruchtfleisch mit Hilfe von Kugelausstechern verschieden große Kugeln ausstechen.

2. Die dabei entstandenen Reste vom Melonenfruchtfleisch von den Schalen schneiden und mit dem Stabmixer pürieren.

3. Aus Öl, Essig, Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren. Mit Zucker und Piment d‘Espelette abschmecken, etwas Melonenpüree einrühren und zu einem Dressing verdünnen.

Tipp: Den restlichen Melonensaft durch ein Sieb passieren, kalt stellen und zum Essen, evtl. mit Mineralwasser verdünnt, servieren.

4. Estragon waschen, trockenschütteln und die Blätter vom Stiel zupfen. Estragon fein hacken.

5. Die Oliven falls nötig entsteinen und halbieren oder vierteln.

6. Die Melonenkugeln mit Estragon, den Oliven und der Vinaigrette vorsichtig mischen.

7. Für die Lammkoteletts den Thymian waschen und trockenschütteln. Fleisch trocken tupfen und leicht salzen.

8. In einer Pfanne das Bratfett erhitzen und die Lammkoteletts darin anbraten. Thymian und eine angedrückte Knoblauchzehe hinzugeben, die Lammkoteletts von jeder Seite ca. 3-4 Minuten braten.

9. Basilikum waschen, trockenschütteln und die Blätter grob von den Stielen zupfen.

10. Basilikumblätter und Olivenöl pürieren.

11. Den Schafskäse mit Hilfe einer Gabel zerdrücken und das Basilikumöl zugeben.

12. Zum Servieren den Melonensalat auf Teller verteilen, das Fleisch anlegen und den Schafskäse darüber verteilen.

Pro Portion: 825 kcal / 3450 kJ
27 g Kohlenhydrate, 43 g Eiweiß, 27 g Fett