

# Curry-Linsen mit Lamm



Garzeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: etwa 20 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

## Für das Fleisch

500 g Lammlachse

Salz

2 EL Olivenöl

½ TL frischer Thymian, gehackt

½ TL frischer Rosmarin, gehackt

## Für die Curry-Linsen

2 EL Olivenöl

200 g Schalotten, geschält, in Scheiben

200 g Karotten, geschält, in Scheiben

1 Bund Frühlingszwiebeln, in Ringen

1 Knoblauchzehe, fein geschnitten

250 g Pardina-Linsen (alternativ: Puy-Linsen)

700 ml Lammfond

## Für die Marinade

3 EL Austernsauce

3 EL Curry

3-4 rote Zwiebeln, in Spalten

## Zusätzlich

1 TL Natur- oder Meersalz

¼ TL Pfeffer aus der Mühle

2 EL dunkler Balsamico-Essig

2 EL Honig

½ Bund Petersilie, fein geschnitten

1. Lammlachse leicht salzen, mit Öl, Thymian und Rosmarin im Fissler Schnellkochtopf (4,5l) rundum anbraten, anschließend herausnehmen, beiseitestellen.

2. Das restliche Öl zum Bratensatz in den Fissler Schnellkochtopf geben. Die Schalottenspalten, Karottenscheiben, Frühlingzwiebelringe und den Knoblauch darin andünsten.



3. Die ungekochten Linsen dazu geben, den Lammfond angießen, den Fissler Schnellkochtopf nach Anleitung mit dem Deckel verschließen. Nun die Kochanzeige des Deckels mit Ampelfunktion auf die Stufe 2 (Schnellgarstufe) stellen. Den Topf erhitzen. Sobald der grüne Ring erscheint, beginnt die Garzeit von 10 Minuten.



4. Während das Gemüse kocht, das Lammfleisch in Scheiben schneiden und in einer Marinade aus Austernsauce und Curry wenden. Anschließend im Wechsel mit roten Zwiebeln auf Holzspieße schieben und in den gelochten Fissler Dämpfeinsatz legen.



5. Nach Ende der Linsen-Garzeit den Fissler Schnellkochtopf nach Anleitung abdampfen und öffnen, den Fissler Dämpfeinsatz mit dem Fleisch mit Hilfe des Dreibeins über dem Linsengemüse platzieren und den Fissler Schnellkochtopf erneut, ohne weitere Hitzezufuhr, nach Anleitung mit dem Deckel verschließen. Nach ca. 2,5 Minuten den Fissler Schnellkochtopf nach Anleitung öffnen, den Fissler Dämpfeinsatz und das Dreibein entnehmen.

6. Die Linsenmischung mit Curry, Salz, Pfeffer, Balsamico und Honig verfeinern, mit Petersilie bestreuen und mit den Lammspießen auf den Tellern anrichten.

#### Tipp

- Dazu passt ein Stück knuspriges Fladenbrot.