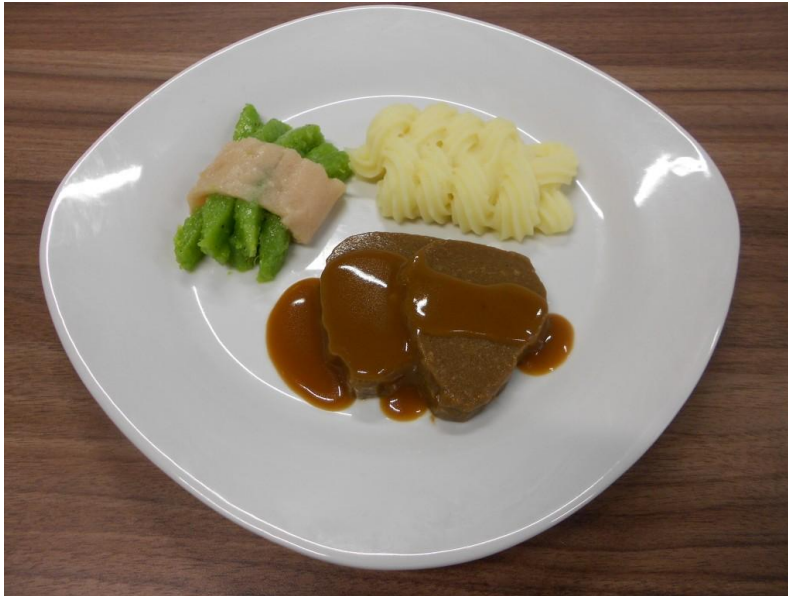


## Lammbraten mit Bohnen im Speckmantel



### Zutaten für 2 Portionen:

#### Braten

- 100g fertigen Lammbraten
- 250ml Sauce
- 1 großer Dosierlöffel GELEA instant

#### Bohnen

- 100g blanchierte grüne Bohnen
- 150g Brühe
- 1,5 große Dosierlöffel GELEA instant

#### Speckmantel

- 40g Bauchspeck
- 100ml Brühe
- 6 kleine Dosierlöffel GELEA instant

**Zubereitung Gelierter Braten:**

Den Lamnbraten mit Senf einstreichen und scharf in einer Pfanne anbraten, zur gleichen Zeit Zwiebeln in einem Topf anschwitzen, den Braten und geschnittenes Suppengrün hinzufügen. Alles kurz anschwitzen, mit Wasser ablöschen und in den Ofen stellen. Das Bratenstück zunächst mit der Sauce im Mixer ( bzw.Schneidstab) sehr fein pürieren, danach die Masse auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. Von der im Sieb zurück gebliebenen Masse 100g abwiegen und mit 100ml des Durchlaufs erneut mixen. Die Bratenmasse mit GELEA instant vermischen, aufkochen und ca. 1 Minute unter ständigem Rühren am Kochpunkt halten und in einer Form ausgießen. Masse abkühlen lassen.

**Gelierten Bohnen:**

Die blanchierten Bohnen mit der Brühe im Mixer oder mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Die pürierten Bohnen mit GELEA instant vermengen und unter ständigem Rühren ca. eine Minute sanft köcheln lassen. Die Masse auf einer Folie etwa 1cm dick ausgießen. Nach dem Erkalten dann in bohnenähnliche Streifen schneiden.

**Speckmantels:**

Den Speck in der Brühe eine halbe Stunde köcheln lassen, danach den Speck mit 60ml der Brühe im Mixer oder mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Die Speckmasse mit GELEA instant vermengen und unter ständigem Rühren ca. eine Minute sanft köcheln lassen. Die Masse auf einer Folie dünn ausgießen und nach dem Erkalten in speckartige Streifen schneiden. Die geschnittenen gelierten Bohnen in einem Speckstreifen einschlagen und auf dem Teller anrichten.

**Unser Tipp: Servieren Sie zu dem Gericht klassisches Kartoffelpüree.**

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100g:

Energie kJ	Engergie Kcal	Eiweiß g	Kohlenhydrate g	Zucker mg	Fett g	Gesättigte Fettsäuren g	Ballaststoffe mg	Natrium mg	Cholesterol mg
781	187	12,8	6,82	977	12,1	5,84	2,49	13,6	16,5