



## Blaubeer-Lamm-Saltimbocca mit Grillgemüse

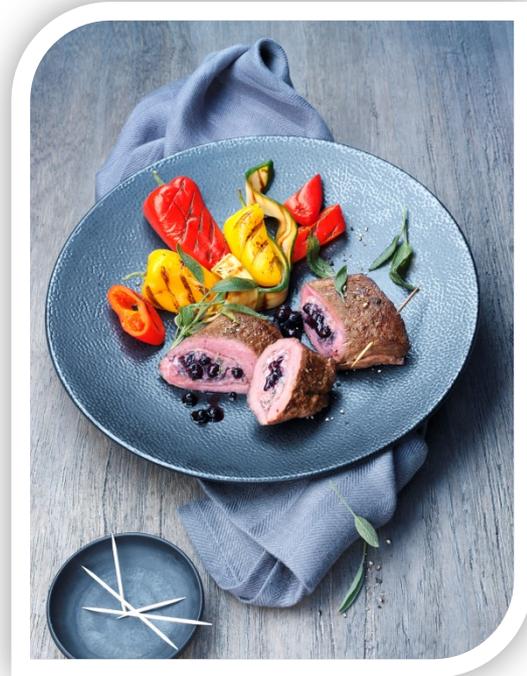
---

### Zutaten für 4 Personen:

100 g wilde Blaubeeren aus Kanada (tiefgefroren)  
60 g Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
10 g Butter  
2 cl Rotwein  
1 Prise gemahlenem Anis  
150 g Lamm- oder Rinderhack  
50 g Parmaschinken  
8 Salbeiblätter, fein geschnitten  
½ TL Estragon  
¼ TL Bohnenkraut  
1 Ei  
60 g Frischkäse  
4 Lammlachse à 140 g  
2 TL Senf (Sorte nach Belieben)  
2 EL Pflanzenöl  
Salz und Pfeffer

### Für das Grillgemüse:

800 g gelbe und rote Paprikaschoten  
250 g Zucchini  
Salz, Pfeffer  
2 EL Olivenöl



### Zubereitung:

1. Für das Gemüse Paprika putzen und in grobe Stücke schneiden. Zucchini putzen und in längliche Scheiben schneiden. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Grillpfanne erhitzen und mit dem Öl einstreichen. Paprika hineingeben und unter mehrmaligem Wenden ca. 10 Minuten darin garen, Zucchini nach 5 Minuten ebenfalls in die Pfanne geben.
2. Zwiebeln fein würfeln, Butter in einer Pfanne zerlassen und Zwiebeln darin anschwitzen. Blaubeeren dazugeben, mit Salz, Pfeffer und klein gewürfeltem Knoblauch würzen. Mit Wein ablöschen und beinahe vollständig einkochen. Auf einem Teller abkühlen lassen.
3. Parmaschinken fein würfeln. Zusammen mit Lammhack, Kräutern, Frischkäse, Ei, Salz und Pfeffer verkneten. Die Masse kalt stellen.
4. Lammlachse längs einschneiden, aufklappen und leicht plattieren. Jedes Stück mit einem halben TL Senf bestreichen, Lammhack-Masse darauf verteilen und mittig mit Blaubeeren belegen.



Canada 

Lammlachse zuklappen und mit Zahnstochern fixieren. In einer Pfanne mit Öl von jeder Seite 4 Minuten braten.

**Tipp:**

Die Lamm-Saltimbocca eignen sich auch hervorragend zum Grillen.

**Zubereitungszeit:** 60 Minuten

**Nährwerte pro Portion ca.:**

Energie: 350 kcal/1470 kJ

Kohlenhydrate: 3,0 g

Eiweiß: 44,0 g

Fett: 17 g

**Wild Blueberry Association of North America**  
Ansprechpartner: mk<sup>2</sup> gmbh, Maria G. Kraus, Oxfordstraße 24,  
D-53111 Bonn, fon: 0228/943 787 – 0,  
fax: 0228/ 943 787 – 7, e-mail: [info@wildeblaubeeren.de](mailto:info@wildeblaubeeren.de)  
Fotonachweis: Wilde Blaubeeren aus Kanada  
Abdruck honorarfrei  
Zwei Belegexemplare erbeten