

## Lammedaillons mit Pilzen und dreierlei Püree

– Pankreasdiät –

3 Lammlachse  
1 Pfd. Pilze nach Wahl  
1 milde Peperoni  
2 Knoblauchzehen  
Saft von 1-2 Apfelsine(n)  
2 EL saure Sahne  
0,05 l Hühnerbrühe  
0,05 l Rotwein  
Barbecue-Grillgewürz oder Tandori Masala  
Quatre épice  
SP

Lachse in jeweils drei vier Scheiben schneiden und gegen die Faser flach klopfen, zusammen mit Knobi und Peperoni in einem Teil des Safts so anbraten, dass die Garung etwa bis zur halben Höhe sichtbar wird, wenden, kurz braten, Oberseite mit den gemischten Gewürzten bestreuen und wieder wenden, neue Oberseite würzen, umdrehen, kurz braten, rausnehmen und warm stellen. Restlichen Saft in die Pfanne geben und die gesäuberten, eventuell in Scheiben geschnittenen Pilze drin kräftig braten, saure Sahne mit Brühe und Wein mischen und dazugeben; kurz miteinander ziehen lassen. Medaillons auf eine Platte oder vier Teller geben und mit dem Pilzgemüse bedecken.

Kann sehr gut mit

**Selleriepüree** (in gesalzener Brühe sehr weich kochen, rausnehmen, stampfen, mit milden Peperonischeiben und Hasenkleesamen vermischen, eventuell mit SP nachwürzen)

**Auberginenpüree** (ganze Frucht mit einer Gabel mehrfach einstechen, im Ofen backen, bis sie ganz weich ist, Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen, pürieren, mit feinen Schinkenstreifen und Thymianblättchen vermischen, eventuell nachwürzen) und

**Kartoffelpüree** (weich gekochte Kartoffeln mit heißer Milch stampfen, salzen, etwas Muskat drüber reiben, mit zerdrückten Sardellen und Rosmarin vermischen)

serviert werden.