



## Schaf im Wolfspelz

Mai 2014

*... Oder ein Lamm auf jungem Grünen...*

**Zutaten:** für zwei Hirten und zwei Schäferinnen

4 Lammnierstücke, temperiert

Junger Ruccola

Balsamico, dickflüssig

Zitronensalz, Pfeffer

Baguette

Olivenöl

### Zubereitung

... Die Lammnierstücke mit Haushaltspapier gut abtupfen und das Fett wegschneiden ... Eine Grillpfanne erhitzen und in wenig Olivenöl scharf anbraten ... Die Lammnierstücke würzen und in Alufolie eingewickelt, ruhen lassen ... Den gewaschenen Ruccola auf grossen Tellern anrichten ... Das Fleisch in Tranchen schneiden und auf dem Ruccola verteilen ... Das Ganze nochmals mit Salz, Pfeffer, Balsamico und wenig Olivenöl würzen ...

### Tipps:

... Folgen Sie den Schafherden und pflanzen Sie Grünzeug ... Bringen Sie Ihren Bauerngarten in Schuss und verschönern Sie Ihr Haus mit Blumen ... Nur so erhalten Sie Subventionen ... Schaffen Sie eine ländliche Idylle und machen Sie in der künstlichen Oase Pause ... Geniessen Sie dazu im Freien die Tagliata mit frischer Baguette und träumen Sie weiter ... Möchten Sie Schafe in freier Natur schauen, wenden Sie sich an folgende Adresse: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

### Links

[http://www.youtube.com/watch?v=D\\_Eu4XroWRU](http://www.youtube.com/watch?v=D_Eu4XroWRU)

<http://www.youtube.com/watch?v=J9AGh67zfvU>

<http://www.youtube.com/watch?v=fQ4gix7BNh4>

<http://www.youtube.com/watch?v=8EqGsbms-xo>

<http://www.youtube.com/watch?v=tYWfGDYU3d8>

[http://www.youtube.com/watch?v=nr543NFn\\_co](http://www.youtube.com/watch?v=nr543NFn_co)

HOTLINE: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

