

# TAPAS – ANIS-LAMM

## TAPAS – ANIS-LAMM

Ich habe Tapas gemacht und da ich mich mal wieder nicht entscheiden konnte was ich machen möchte habe ich von so ziemlich allem etwas gemacht. Eine der Leckereien die ich diesmal gezaubert habe war dieses zarte Anis-Lamm.

Es gab außerdem noch Riesengarnelen in Knoblauch, Rindfleisch scharf, Rindfleisch mit Knoblauch, pikante Hackbällchen in Tomatensauce, Schweinefilet mit getrockneten Tomaten, Brokkoli-Huhn, Kartoffelecken, Süßkartoffelecken, Vitelotte-Ecken, Champignon-Tomatenspieße und einen leichten Joghurt-Dip. Die Rezepte werde ich hier nach und nach ergänzen.



### ZUTATEN:

1 Lammfilet (ca. 80-100g)

1 TL Anissamen

3 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

### ZUBEREITUNG:

Das Lammfilet in Würfel schneiden und mit Olivenöl, Pfeffer und Salz in ein Schüsselchen geben. Die Anissamen kurz im Mörser zerstoßen und untermengen. Alles zusammen ungefähr 30 Minuten marinieren lassen.

Ohne zusätzliches Öl in eine heiße Pfanne geben und schnell rundherum anbraten. Die Hitze dann deutlich reduzieren (hier Stufe 4 von 9) und noch ca. 2-3 Minuten braten lassen.

Im Ofen bei 60°C warm stellen oder direkt servieren.

Viel Spaß beim ausprobieren!

