



## GEGRILDE LAMSFILET MET TIJM-HONINGSAUS

---

Receptuur voor 10 personen

10 lamsfilets olijfolie peper+zout	1 sjalotje 2 teentjes knoflook 50 gram koude boter 4 takjes tijm 4 dl lamsfond 3 eetlepels honing
--	--

---

### Vorbereiding voor het vlees

Dep het vlees droog met keuken papier

Besmeer het vlees met een kwastje met wat olijfolie

Verhit een grillpan totdat deze begint te walmen.

grill de filets (maximaal 4 per keer), de kok legt dit even uit.

---

### Voor de saus:

Gebruik het braadvet uit de koekenpan en voeg de lamsfond met de resterende tijm toe. Laat de lamsfond tot tweederde inkoken. Roer de honing door de saus, zeef het en breng de saus op smaak met zout en peper. Klop de koude boter door de saus.

---

### bereiding & afwerking

Verhit de oven voor op 225 graden

Zet het ovenrek met de lamsfilets in de oven voor ongeveer 6 minuten, daarna even controleren op gaarheid (door te drukken op het vlees of het veerkrachtig aanvoelt)

De saus en de rest van het garnituur verwarmen zodat alles tegelijk op het bord gelegd kan worden.

---