

## KORIANDER UND ZITRONEN-LAMMSPIESS MIT KICHERERBSEN- UND MAISSALSA

- PORTIONEN: 4
- ZUBEREITUNGSZEIT: 15 MINUTEN
- KOCHDAUER: JE NACH GESCHMACK

### ZUTATEN:

- 450G/1 PFUND MAGERE LAMMKEULE ODER SCHULTERSTEAKS, IN 2.5CM/1 INCH GROSSE WÜRFEL GESCHNITTEN
- 1 GROSSE ROTE ZWIEBEL, GESCHÄLT UND IN KLEINE STÜCKE GESCHNITTEN
- 1 ZITRONE, IN KLEINE STÜCKE GESCHNITTEN
- FÜR DIE MARINADE:
- SALZ UND FRISCH GEMAHLENER, SCHWARZER PFEFFER
- 30ML/2 EL FRISCH GEHACKTER KORIANDER
- 60ML/4 EL OLIVEN- ODER SONNENBLUMENÖL
- 2 KNOBLAUCHZEHEN, GESCHÄLT UND ZERSTOSSEN
- FÜR DIE KICHERERBSEN UND MAISSALSA:
- ½ X 410G DOSE KICHERERBSEN, ABGETROPFT
- 1 KLEINE ZEHE KNOBLAUCH, GESCHÄLT UND FEIN GEWÜRFELT
- 1 KLEINE ROTE PAPRIKA, ENTKERNT UND FEIN GEWÜRFELT
- 75G/3OZ MAISKÖRNER
- KLEINER BUND FRISCH GEHACKTE PETERSILIE
- 30ML/2 EL OLIVENÖL
- 2.5ML/½ TL GEMAHLENER KREUZKÜMMEL
- 10ML/2 TL ZITRONENSAFT
- SALZ UND FRISCH GEMAHLENER, SCHWARZER PFEFFER

### ZUBEREITUNG:

1. DIE MARINADE VORBEREITEN, ALLE ZUTATEN FÜR DIE MARINADE IN EINER GROSSEN, FLACHER SCHÜSSEL MISCHEN.
2. DAS LAMM, DIE ZWIEBEL UND DIE ZITRONE AUF 4 KURZE METALL- ODER HOLZSPIESSE (DIE VORHER 20 MINUTEN IN KALTEM WASSER EINGEWEICHT WURDEN) STECKEN.

IN EINE FLACHE SCHÜSSEL LEGEN, DIE MARINADE DARÜBER GIESSEN, ABDECKEN UND MINDESTENS 20 MINUTEN, BESSER ÜBER NACHT KALT STELLEN.

3. IN DER ZWISCHENZEIT DIE SALSA VORBEREITEN, ALLE ZUTATEN IN EINER GROSSEN SCHÜSSEL MISCHEN UND ZUR SEITE STELLEN.

4. DIE SPIESSE FÜR 12-16 MINUTEN AUF EINEM VORBEREITETEN GRILL ODER UNTER MÄSSIGER HITZE IM GRILL DES BACKOFENS GRILLEN, GELEGENTLICH UMDREHEN, BIS DIE FLEISCHSÄFTE KLAR AUSTRETEN UND DAS FLEISCH GAR IST.

5. DIE SPIESSE MIT SALSA SERVIEREN.

TIPP:

DIESES REZEPT LÄSST SICH AUCH GUT MIT RINDFLEISCH UMSETZEN.