Rezept

Großer Spieß (Kondosouvli)

Ein Rezept von Großer Spieß (Kondosouvli), am 24.05.2025

Zutaten

800 g	Schweinelende
2	große Tomaten
4	Knoblauchzehen
1 TL	getrockneter Oregano
3 EL	Zitronensaft
	Pfeffer
	Öl für den Spieß
	Zitronenviertel zum Garnieren
2	Zwiebeln
1 TL	getrockneter Thymian
8 EL	Olivenöl
	Salz
	großer Grillspieß

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Schweinelende längs halbieren und in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

2. Für die Marinade die Stielansätze der Tomaten entfernen. Die Tomaten kurz überbrühen, häuten und entkernen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, grob würfeln. Tomaten, Zwiebel- und Knoblauchwürfel im Blitzhacker oder Mixer pürieren. Die Kräuter in der Handfläche zerreiben und mit Olivenöl und Zitronensaft unter das Püree rühren. Kräftig salzen und pfeffern.

3. Die Hälfte der Marinade über die Fleischstücke gießen und gut durchmischen. Zugedeckt im Kühlschrank 4-6 Std. marinieren. Die übrige Marinade als Sauce ebenfalls kühl stellen.

4. Den Holzkohlengrill oder Backofengrill anheizen. Den Grillspieß ölen. Die Fleischstücke abtropfen lassen und eng nebeneinander auf den Spieß stecken. Die Marinade auffangen.

5. Den Fleischspieß dicht über der Holzkohle unter ständigem Drehen 15 Min. bei starker Hitze grillen. Dann bei schwächerer Hitze 45-60 Min. weitergaren. Das Fleisch ist gar, wenn beim Anstechen mit einer Nadel klarer Fleischsaft austritt. Während des Grillens gelegentlich mit der aufgefangenen Marinade bestreichen.

6. Die Fleischstücke vom Spieß abziehen und mit Zitronenvierteln garnieren. Die Sauce getrennt dazu servieren.