

Rezept

Karibik-Griots

Ein Rezept von Karibik-Griots, am 18.04.2025

Zutaten

2 kleine rote Chilischoten	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	2 Zitronen
1 Orange	600 g mageres Schweinefleisch (Schlegel, Lende)
Salz	schwarzer Pfeffer
Zimtpulver	gemahlener Kreuzkümmel
gemahlene Gewürznelken	1 Zweig Thymian
2 EL weißer Rum (nach Belieben)	Öl
1 Glas Silberzwiebeln (190 g Abtropfgewicht)	15 Spieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 15 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal

Zubereitung

1. Chilischoten waschen, putzen und klein würfeln. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Zitrusfrüchte auspressen. Das Schweinefleisch in 30 Stücke von etwa 20 g schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit allen übrigen Zutaten in einer Schüssel vermengen. Mit Folie abdecken und mindestens 4 Std. im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Die Fleischstücke mit der Marinade in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und das Fleisch bei mittlerer Hitze etwa 30 Min. garen.
3. Fleisch abgießen und abtropfen lassen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundum 2-3 Min. braten. Je 2 Fleischstücke mit 2 Silberzwiebeln auf 1 Spieß stecken. Dazu passen Chili-Ketchup, Mangochutney oder/und Pflaumenchutney.