Rezept

Lamm-Paprika-Spieße mit Avocado-Koriander-Creme

Ein Rezept von Lamm-Paprika-Spieße mit Avocado-Koriander-Creme, am 12.10.2024

Zutaten

Für die Lamm-Spieße:

- **1** Bio-Zitrone
- **1-2** frische rote Chilischoten
- **1 TL** gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- **2** große rote Paprikaschoten
- **4** dünne Frühlingszwiebeln
- **8** große Holzspieße oder Metallspieße
- **6 EL** Olivenöl
- **2** Knoblauchzehen
- **1-2 Prisen** gemahlener Koriander
- **750 g** Lammrücken (Lammlachse)
- **1** große gelbe Paprikaschote
- **8** grüne Oliven ohne Stein

Für die Avocadocreme:

- **2** kleine reife Avocados
- **1 EL** Frischkäse
- **1** kleine Knoblauchzehe
- **1** kleines Bund Koriander oder je 5-6 Stängel Petersilie und Koriander
- Zitronensaft und Zitronenschale (von oben)
- **1 TL** Tequila (nach Belieben)
- **1** Strauchtomate
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal, 40 g F, 35 g EW, 9 g KH

Zubereitung

1. Für die Spieße die Zitrone waschen und abtrocknen. Die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Für eine Marinade 2 EL Saft, ½ TL Schale und 4 EL Öl verrühren. Übrigen Saft und restliche Schale für die Avocadocreme beiseitestellen. Die Chili(s) putzen, längs halbieren, entkernen, waschen, sehr fein hacken und zur Zitronensaftmischung rühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Kreuzkümmel, Koriander und gut 1 TL Salz unterrühren. Fettschicht, feine Häutchen und evtl. Sehnen vom Lammfleisch abschneiden.Die Fleischstränge längs halbieren, quer in Würfel schneiden und mit derMarinade verrühren, dann mindestens 1 Std. marinieren.

2. Den Backofen auf 225° vorheizen. Die Paprikaschoten halbieren und putzen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Schotenhälften mit den Schnittflächen nach unten darauflegen und im Ofen ca. 20 Min. backen, bis die Haut schwarz wird. Paprikaschoten aus dem Ofen nehmen und mit einem feuchten Tuch bedeckt etwas abkühlen lassen.

3. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in lammwürfelbreite Stücke schneiden. Die Paprikaschoten häuten, in passende Stücke schneiden und abwechselnd mit dem Lammfleisch auf die Spieße stecken, dazwischen auch immer mal 1 Stück Frühlingszwiebel stecken. Als letztes auf jeden Spieß 1 Olive stecken und die Spieße bis zum Braten ruhen lassen.

4. Für die Avocadocreme die Avocados halbieren, den Stein entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus den Schalen kratzen und sofort mit 3 EL Zitronensaft, dem Frischkäse und eventuell dem Tequila mit einer Gabel fein zerdrücken und mischen. Knoblauch schälen und dazudrücken.

5. Die Tomate mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, halbieren, von Kernen und Stielansatz befreien und fein würfeln. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen, fein hacken und mit den Tomatenwürfeln und 1 Msp. Zitronenschale unter die Avocadocreme rühren. Alles mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -schale abschmecken und kühl stellen.

6. Das restliche Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Spieße darin in 4-6 Min. bei mittlerer bis großer Hitze rundherum braun braten, das Fleisch sollte aber innen noch rosa sein. Spieße mit der Avocadocreme servieren.