

Rezept

Lamm-Souflaki mit Joghurtsauce

Ein Rezept von Lamm-Souflaki mit Joghurtsauce, am 17.04.2024

Zutaten

300 g magere Lammschulter oder -lende	1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Petersilie	1 EL Zitronensaft
1 TL edelsüßes Paprikapulver	Salz, schwarzer Pfeffer
3 EL Olivenöl	je 1/2 grüne und rote Paprikaschote
1 kleine weiße Zwiebel	150 g griechischer Sahnejoghurt
Schaschlikspieße	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch trocken tupfen, eventuell von Sehnen und Fett befreien, in 2 cm große Würfel schneiden. Knoblauchzehe abziehen und durch die Presse drücken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und die Hälfte sehr fein schneiden. Für die Marinade Knoblauch, geschnittene Petersilie, Zitronensaft, Paprikapulver, Salz, Pfeffer und 2 EL Olivenöl verrühren. Fleisch darin wenden und 4 Std. marinieren.
2. Die Paprikaschoten halbieren, Trennwände und Kerne entfernen, waschen und die Hälften in 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln abziehen, vierteln und diese mit den Händen nochmals in 2 Stücke teilen. Das Fleisch abtropfen lassen, mit den Paprika- und Zwiebelstücken abwechselnd auf Schaschlikspieße stecken.
3. Eine Grillpfanne oder eine große Pfanne sehr heiß werden lassen. Die Spieße hineingeben und 20-25 Min. braten, dabei nach der Hälfte der Bratzeit umdrehen.
4. Inzwischen den Joghurt mit 1 EL Olivenöl glatt rühren und mit Salz würzen. Übrige Petersilienblätter schneiden und darüber streuen. Joghurtsauce zu den Lammspießen servieren.