

Rezept

Lamm mit grünem Pfeffer

Ein Rezept von Lamm mit grünem Pfeffer, am 28.06.2026

Zutaten

500 g Lammlachse	3 EL helle Sojasauce
3 rote Paprikaschoten	2-3 frische grüne Pfefferrispen (oder 2-3 EL eingelegter grüner Pfeffer)
4 Stängel Thai-Basilikum	3 EL Öl
1-2 EL rote Thai-Currypaste	3 EL Tomatenmark
2 TL Zucker	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Die Lammfilets in ca. 2 cm große Würfel schneiden, gründlich mit der Sojasauce mischen und bis zur Verwendung darin marinieren.

2. Die Paprikaschoten schälen, halbieren und entkernen. Die Hälften waschen und in 2 x 2 cm große Stücke schneiden. Die Pfefferrispen waschen und die Körner ablösen (eingelegten Pfeffer waschen und gut abtropfen lassen). Das Thai-Basilikum waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen.

3. Das Öl im Wok erhitzen und die Currypaste und das Tomatenmark darin unter Rühren 1 - 2 Min. anrösten, bis es duftet. Die Paprika dazugeben und ca. 1 Min. rührbraten. Das Fleisch samt Marinade und die Pfefferkörner hinzufügen und alles bei starker Hitze ca. 4 Min. rührbraten. Ca. 150 ml Wasser zugießen, alles durchschwenken und mit Zucker und Salz abschmecken. Mit Thai-Basilikum garnieren.