

Rezept

# Lammchops in Thymian-Marinade

Ein Rezept von Lammchops in Thymian-Marinade, am 27.04.2024

## Zutaten

<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>1 kleines Bund</b> Thymian
<b>6 EL</b> Olivenöl	<b>1 EL</b> flüssiger Honig
<b>1 Msp.</b> gemahlener Kreuzkümmel	<b>1 TL</b> rosenscharfes Paprikapulver
<b>2 EL</b> Zitronensaft	<b>12</b> kleine Lammkoteletts (»Chops«, siehe Rezept-Tipp)
Salz	Öl zum Bepinseln

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

## Zubereitung

1. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Thymianzweige waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von der Hälfte der Zweige abstreifen und gründlich mit gehacktem Knoblauch und Olivenöl mischen. Anschließend den Honig mit Kreuzkümmel, Paprikapulver und dem Zitronensaft ebenfalls gleichmäßig unterrühren.
2. Die Lammkoteletts trocken tupfen. Die Fett ränder leicht einschneiden. Lammkoteletts in der Marinade wenden, mit den restlichen Thymianzweigen bestreuen und mind. 2 Std. marinieren.
3. Das Fleisch 30 Min. vor Grillbeginn aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Den Grill vorheizen. Den Rost mit Öl einreiben. Die Marinade vom Fleisch abstreifen, z. B. mit einem Teigschaber. Die Lammkoteletts salzen und bei starker Hitze knapp 1 Min. angrillen. Koteletts wenden und knapp 1 weitere Min. grillen, dann über mittlerer Hitze je nach Dicke der Koteletts weitere 1 - 3 Min. pro Seite grillen.