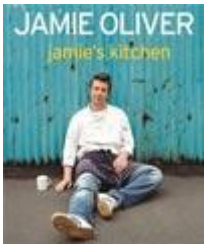

Rezept aus **Essen ist Fertig!**
©Jamie Oliver!
© David Loftus

LAMMSPIEßE
MIT ZWIEBELN UND PAPRIKASCHOTEN

METHODE

Alle Gewürze im Mörser fein zerstoßen und dann so viel Olivenöl unterrühren, dass sich eine dickflüssige Paste ergibt.

Das Fleisch in einer Schüssel damit vermischen und 1/2 – 1 Stunde marinieren. Die Fleisch-, Zwiebel- und Paprikastücke abwechselnd auf die Spieße oder Rosmarinzweige stecken. Etwa 5 Minuten auf einem Rost grillen und dabei regelmäßig drehen. Das Fleisch soll zuletzt kräftig gebräunt, aber innen noch rosa und schön saftig sein. Falls Sie Ihren Hunger zügeln können, lassen Sie die Spieße ein paar Minuten ruhen.

ZUTATEN

6–8 PORTIONEN
• 500 g Lammfleisch, küchenfertig vorbereitet, in 2,5 cm große Würfel geschnitten
• 2 rote Zwiebeln, geschält und geviertelt
• 2 rote Paprikaschoten, Samen entfernt, in 2,5 cm große Stücke geschnitten
• 6–8 Holzspieße oder kräftige frische Rosmarinzweige
• Für die Marinade 1 EL geräuchertes spanisches oder edelsüßes Paprikapulver * 2 Gewürznelken * 1/2 TL Kreuzkümmelsamen * 2 TL Koriandersamen * Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer * Olivenöl