

Lammhack-Spieße mit Spinat-Salat, Paprika-Hummus

Für 4 Personen

Für die Spieße:

1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen	1 Bund glatte Petersilie
1 EL Olivenöl	1 TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL gemahl. Kreuzkümmel
1/2 Bio-Zitrone	550 g Lammhackfleisch	Salz, Pfeffer

Für das Paprika-Hummus:

2 Knoblauchzehen	300 g gegarte Kichererbsen	1/2 Bio-Zitrone
100 g gegrillte Paprika (Glas)	1 TL gemahl. Kreuzkümmel	2 TL Paprikapulver, edelsüß
1 Msp. Chilipulver	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

100 g Baby-Spinat	1 Bund Basilikum	1/2 Bio-Zitrone
2 EL Olivenöl	1 TL flüssiger Honig	Salz, Pfeffer

Außerdem:

kurze Grillspieße

Die Holzspieße (Schaschlikspieße) in kaltes Wasser legen, damit sie später beim Braten/Grillen nicht entflammen.

Für die Spieße Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Die Petersilie abbrausen, trockenschütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und grob schneiden.

Das Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Paprikapulver und Kreuzkümmel dazugeben und kurz mitdünsten. Dann die Pfanne vom Herd ziehen und die Petersilie untermischen.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben.

Das Lammhackfleisch in einer Schüssel mit dem Zwiebel-Mix und Zitronenabrieb mischen.

Die Masse mit wenig Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.

Für das Paprika-Hummus den Knoblauch schälen. Kichererbsen in ein Sieb geben, kalt abbrausen und abtropfen lassen. Von der Zitrone den Saft auspressen.

Knoblauch, Paprika, Kichererbsen, Kreuzkümmel, Paprikapulver und Chilipulver mit dem Öl in einen Standmixer geben und auf hoher Stufe fein cremig pürieren. Mit dem Saft der Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat den Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Grobe Stiele entfernen.

Basilikum abbrausen, trockenschütteln, die Blätter abzupfen und dann in kleine Stücke zupfen.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Zitronenabrieb, Zitronensaft, Öl und Honig mit wenig Salz und Pfeffer in einer Salatschüssel zu einem Dressing verquirlen.

Für die Spieße von der Hackfleischmasse kleine Portionen abnehmen und diese jeweils um einen Spieß herum zu einer flachen Rolle formen.

Die Hackspieße auf dem heißen Grill oder in einer Grillpfanne rundum 3 bis 4 Minuten braten.

Zum Servieren das Basilikum unter das vorbereitete Dressing rühren und den Spinat darin marinieren.

Den Spinatsalat auf die Teller geben und die Lammhackspieße dazu reichen. Paprika Hummus dazu servieren.

Martin Gehrlein am 24. Juni 2022