

Lamm-Spießchen mit Tzatziki und Okra-Schoten

Für 2 Personen

300 g Lammlachse	300 g Okraschoten	1 kleine Salatgurke
1 rote Paprika	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange	1 Zweig Dill
1 Zweig Rosmarin	10 Lorbeerblätter	1 Ingwerknolle
1 Zimtstange	150 g griech. Joghurt	7 EL Olivenöl
milde Chiliflocken	Salz, schwarzer Pfeffer	

Die Gurke schälen, längs halbieren, die Kerne entfernen und in sehr kleine Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 30 Sekunden blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Eine Knoblauchzehe schälen, klein hacken und mit Salz bestreuen. Mit dem Messerrücken etwas zerreiben. Einen Esslöffel Olivenöl in einem kleinen Topf leicht erwärmen und den Knoblauch darin ein paar Minuten ziehen lassen. Den Joghurt mit dem Knoblauch-Öl glatt rühren und die Gurkenwürfel hinzufügen. Den Dill waschen, trocken schütteln und abzupfen. Mit dem Joghurt-Gurken-Gemisch verrühren und mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Für die Spieße den Lammrücken in zwei bis zweieinhalb Zentimeter große Stücke schneiden. Die Zwiebel halbieren und abziehen, die Paprika ebenso halbieren, putzen und waschen. Anschließend beides in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Lammfleischwürfel abwechselnd mit Zwiebel- und Paprikastücken, sowie den Lorbeerblättern auf Spieße stecken. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze mit einem Esslöffel Olivenöl rundherum drei bis vier Minuten braten. Vom Herd nehmen und noch etwas nachziehen lassen. Die zweite Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Die Ingwerknolle waschen und großzügig schälen. Anschließend zwei Scheiben abschneiden. Von der Zitrone sowie der Orange jeweils einen Streifen der Schale abreiben. Die Zimtstange halbieren. Den Rosmarinzweig waschen und trocken schütteln. Dann vier Esslöffel Olivenöl mit den Knoblauchscheiben, dem Ingwer, der Zitronen- und Orangenschale, der Zimtstange sowie dem Rosmarinzweig zu den Lammspießen geben und sie darin wenden. Nun die Okraschoten waschen, putzen und gut trocken tupfen. In einer Pfanne einen Esslöffel Öl erhitzen und die Schoten bei mittlerer Hitze von allen Seiten kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Lammfleischspießchen mit dem Tzatziki und den Okraschoten auf warmen Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Juni 2012