

# Grill-Spieße

## Für 4 Personen

### Für den Rinderspieß:

400 g Rinderhüfte	2 rote Zwiebeln	4 feste Rosmarinzweige
1 Bio-Zitrone	1/2 Knoblauchzehe	1 TL Honig
2 EL Rapsöl	1 Msp. Salz	1 Msp. Pfeffer

### Für die Lammspieße:

4 Stängel Zitronengras	400 g Lammlachse	2 Zweige Minze
1/2 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl	1 Msp. Salz
1 Msp. Pfeffer		

### Für die Gemüsespieße:

8 Mangoldblätter	Salz	250 g Schafs-Weichkäse in Salzlake
8 rosé Champignons	1 gelbe Paprika	2 rote Zwiebeln
1 EL Olivenöl	Pfeffer	

Für den Rindfleischspieß das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen und achteln.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und bis auf ein paar Rosmarinnadeln an der Zweigspitze die Nadeln abstreifen. Die Rosmarinnadeln zur Seite stellen.

Die Enden der Rosmarinzweige etwas anspitzen und die Fleischwürfel und Zwiebelstücke abwechselnd auf die Zweige spießen.

Für das Kräuteröl Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Knoblauch schälen und fein hacken.

Honig mit Rapsöl in einer kleinen Schüssel vermischen. Zitronenschale, Knoblauch, 1 TL Rosmarinnadeln, Salz und Pfeffer zugeben und unter das Öl mischen.

Die Spieße in einer heißen Grillpfanne zunächst von allen Seiten anbraten, dann mit der Marinade bepinseln und nur noch ganz kurz braten.

Die Spieße direkt servieren oder bei 70 Grad Ober- und Unterhitze im Backofen warm halten.

Für die Lammspieße vom Zitronengras das äußere Hüllblatt entfernen.

Lammlachse in ca. 1 cm breite Längsstreifen schneiden. Die Fleischstreifen wie eine Ziehharmonika zusammenfalten und mit einem Fleisch- bzw. Schaschlikspieß durchbohren. Dann den Spieß herausziehen und durch den Zitronengrashalm ersetzen.

Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden.

Olivenöl in eine kleine Schüssel geben. Minze, Knoblauch, Salz und Pfeffer zugeben und alles gut mischen.

Die Spieße in einer heißen Grillpfanne zunächst von allen Seiten anbraten, dann mit dem Minzöl bepinseln und nur noch ganz kurz braten.

Die Spieße direkt servieren oder bei 70 Grad Ober- und Unterhitze im Backofen warm halten.

Für die Gemüsespieße die Mangoldblätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken, gut abtropfen lassen und mit einem sauberen Küchentuch trocken tupfen.

Den Käse in ca. 3 große Würfel schneiden, so dass der Würfel sich gut ins Mangoldblatt einwickeln lässt. Die Käsewürfel in die vorbereiteten Mangoldblätter einpacken.

Die Pilze putzen. Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und achteln.

Das Gemüse und die Käsepäckchen abwechselnd auf Schaschlikspieße spießen.

Die Spieße auf dem Grill oder in der Grillpfanne von beiden Seiten braten, bei Bedarf mit wenig Olivenöl bepinseln. Nach dem Braten mit Salz und Pfeffer würzen.

Rainer Klutsch am 05. Juli 2019