

Lammspiesschen mit Rosmarin und Gurken-Joghurt



Für 2 Personen

Lammspiesschen:

300 gr Lammrückenfilet

12 Cherrytomaten

4 kräftige, lange Rosmarinzweige

2 Knoblauchzehen

½ dl Olivenöl

Pfeffer aus der Mühle

200 gr Salatgurke

Salz

150 gr griechischer Joghurt

Salz, wenig Dill, Estragon und

Oregano

Cayennepfeffer

½ Bund glattblättrige Petersilie

Zubereitung:
ca. 20 Minuten

1. Das Lammrückenfilet der Länge nach halbieren und jede Hälfte in 4 Würfel schneiden. Die Cherrytomaten waschen und entstielen.
2. Die Nadeln der Rosmarinzweige bis auf je einen grösseren Büschel an der Zweigspitze vorsichtig abstreifen. ¼ der Nadeln sehr fein hacken und beiseitestellen; den restlichen Rosmarin kann man anderweitig verwenden.
3. Je 2 Lammwürfel und 3 Cherrytomaten abwechselnd auf einen Rosmarinspiess stecken.
4. Für die Marinade den Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Mit den gehackten Rosmarinnadeln und dem Olivenöl mischen. Die Marinade mit Pfeffer würzen. Die Spiesse damit rundum bestreichen.
5. Die Salatgurke schälen, längs halbieren und die Kerne herauskratzen. Dann die Gurkenhälfte in feine Scheiben schneiden. In ein Sieb geben, leicht salzen und 10 Minuten Wasser ziehen lassen.
6. Inzwischen den Joghurt mit etwas Salz, Cayennepfeffer, Dill, Estragon und Oregano verrühren. Die Petersilie fein hacken.
7. In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Lammspiesse mit Salz würzen und auf mittlerer Hitze insgesamt etwa 8 Minuten braten. Zuletzt die Petersilie darüberstreuen.



Die Neue Fricktaler Zeitung wünscht en Guete.

TSCHANNEN

FLEISCH & WURSTWAREN

info@tschannen-metzg.ch

www.tschannen-metzg.ch

Tel. 061 841 11 29 - 4312 Magden

**Wir haben am 31. Juli
offen
von 08.00 bis 12.00 Uhr
und 15.00 bis 18.30 Uhr**



**Sicheres Gelingen mit KÜCHENEINRICHTUNGEN
von**

**brogle
schreiner
küchen**

Design-Küchen

Brogle AG
Schreiner – Küchen
CH-5064 Wittnau
www.brogle-kuechen.ch

