

Fotocredit: Yulia Haybäck



Lammspieße & Krautsalat mit Granatapfel

Köchin: Yulia Haybäck

Zutaten

Für die Spieße:

- 500 g Lammfaschiertes oder gemischt Lamm/ Rind oder nur Rind
- abgeriebene Schale von ½ Bio Zitrone
- ½ TL Kreuzkümmel
- ½ TL Pfeffer
- ½ TL Paprika
- 2 TL Salz
- 1 Zwiebel sehr fein geschnitten
- 2 Knoblauchzehen sehr fein geschnitten
- ½ Bund Petersilie fein geschnitten

Für den Krautsalat mit Granatapfel:

- 1 kg Weisskraut
- Saft von 2 Zitronen
- 50 ml Olivenöl
- 2-3 EL Blütenhonig
- 1 EL Salz
- 2 EL Schwarzkümmel
- ½ Bund Petersilie
- Kerne von 1 Granatapfel
- 1 Becher Joghurt

Quelle: ORF extra

Zubereitung

Für die Spieße:

Alle Zutaten sehr gut verkneten, dadurch binden sie. Dann gleich groß portionieren und auf Doppelspieße stecken.

Am besten noch für ½ Stunde kühlen und dann grillen.

Den Grill auf 200-220 Grad Celsius und direkte Hitze aufheizen. Die Spieße von allen Seiten ca. 2 Minuten grillen (4 Seiten). Sie dürfen auf Wunsch noch ein wenig rosa sein.

Für den Krautsalat mit Granatapfel:

Kraut sehr fein schneiden. Den Zitronensaft auspressen. Die Petersilie schneiden, Die Granatapfelkerne aus der Schale lösen.

Das Kraut mit dem Honig, dem Olivenöl, dem Zitronensaft, dem Salz und dem Schwarzkümmel vermengen. Abschmecken.

Auf einer Platte anrichten, die Petersilie und die Granatapfelkerne darüber streuen und mit Joghurt garnieren.

Mit den Spießen servieren.