



Rezeptkarte

Scharfe Lammspießchen mit Taboulé und Avocado-Dip

Scharfe Lammspießchen mit Taboulé und Avocado-Dip

Zutaten für 4 Personen:

Taboulé: 100 g Kichererbsen, 30 g Schalotten geschält, 5 g Knoblauch geschält, 120 g Paprika rot in Würfel, 120 g Paprika gelb in Würfel, 120 g Zucchini grün in Würfel, 30 g Schalotte in feine Würfel, 300 ml Geflügelbrühe, 200 g Couscous fein, 1 gestrichener TL Raz el Hanout, 1 gestrichener TL Garam Masala, 10 g Petersilienblätter, 10 g Minzblätter, 10 g Korianderblätter, 50 ml Olivenöl; Avocado-Dip: 170 g Hass Avocado reif (ca. 1 St.), 1 TL Kreuzkümmel gemahlen, 6 g Korianderblätter, 10 g Limettensaft frisch, 15 g Olivenöl mild, Salz; Lammspießchen: 600 g Lammhüfte in Würfel 2x2cm, 1 TL Baharat, Salz, Olivenöl, 1 Stück Peperoncino

Zubereitung (ca. 1 Stunde):

Die Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Mit etwas Salz, weißem Pfeffer und der in breite Ringe geschnittenen Schalotte und Knoblauch für ca. 90 Minuten im Einweichwasser garen. Dabei einmal aufkochen und anschließend bei schwacher Hitze leise köcheln bis die Kichererbsen weich sind. Die Kichererbsen im Fond auskühlen lassen. Für das Taboulé die Schalottenwürfel in etwas Olivenöl anschwitzen, mit 300 ml Geflügelbrühe ablöschen und aufkochen. Raz el Hanout, Garam Masala sowie etwas Salz dazugeben, den Couscous einröhren und abgedeckt quellen lassen. In der Zwischenzeit die Gemüsewürfel in einer Pfanne scharf anschwitzen, leicht Farbe geben und mit Salz und weißem Pfeffer würzen. Die heißen Gemüsewürfel unter den Couscous mischen. Nach ca. 30 Minuten die in feine Streifen geschnittenen Kräuter, die abgetropften Kichererbsen und 50 ml Olivenöl gut untermischen und nochmals nachschmecken. Für den Dip alle Zutaten in einem Küchenmixer zu einer glatten Creme verarbeiten.

Die in Würfel geschnittene Lammhüfte mit Baharat, Salz und etwas Olivenöl für 1-2 Stunden marinieren. Das marinierete Fleisch auf mehrere Spieße verteilen und in einer großen Pfanne in Olivenöl rundherum anbraten und fertig garen. Zum Schluss feingehackte Peperoncino nach Belieben dazugeben und gut durchschwenken.