

**Satay**

**Asiatische Lammspiesse**

	Für 4 Personen
Zubereitungsart:	Grillieren
Vorbereitungszeit:	30 min*
Grillzeit:	5 min
Total Zubereitungszeit:	1 Std*
Aufwand (hoch, mittel, tief)	mittel



Ca. 700 g Lammfleisch vom Rücken (auch von Kotelettes)

\*ohne Zeit zum Marinieren

- 1.** Lammfleisch (Filet od. Nierstück)  
6 grosse Aprikosen, entsteint

In ca. 1/2 cm breite, lange Streifen schneiden  
In ca. 1,5 cm grosse Würfel schneiden.  
Das Fleisch (der Länge nach) wellenförmig oder als Stücke  
abwechslungsweise mit den Aprikosen auf die Spiesse stecken.
- 2.** Marinade:  
2 EL trockener Sherry (od. Portwein)  
4 EL Erdnussöl (ev. Sesamöl)  
2 Knoblauchzehen  
1 EL Ingwer, frisch gerieben  
3 EL süsse Sojasauce

\*Vor dem Grillieren 1 Std. marinieren!

Alles vermischen und die Spiesse bestreichen. Ca. 1 Std im Kühlschrank  
zugedeckt marinieren; 30 min vor dem Grillieren herausnehmen.
- 3.** Erdnussauce:  
1 EL Erdnussöl  
1 Zwiebel, fein gehackt  
80 g Erdnussbutter  
1 Limette (Saft und abgeriebene Schale)  
1 dl Kokosmilch  
1 1/2 TL süsse Sojasauce  
1/2 TL Sambal Oelek  
1 EL Kreuzkümmelpulver  
1 EL milder Curry

In Pfanne warm werden lassen  
Beigeben und andämpfen

Alles begeben und mischen, dann ca. 5 min unter Rühren zu einer dicken  
Sauce einkochen, abkühlen
- 4.** Grillieren:

Beidseitig, ca. je 2 Min über starker Glut; dazwischen mit Marinade  
bestreichen; am Schluss mit 1/2 Teelöffel Salz würzen.

Quelle: nach „Das andere Grillierbuch“ (Betty Bossi Kochbuch, S. 26)

**Notizen**

Mehr Rezepte: <http://www.engadinerschaf.ch/rezepte/>

✂ EINKAUFSZETTEL ✂

- 6 grosse Aprikosen
- Zwiebeln, Knoblauch
- Sherry (od. Portwein)
- Erdnussöl (od. Sesamöl)
- Frischer Ingwer (1 EL)
- Sojasauce süsse
- Erdnussbutter
- Limette (od. Zitrone)
- Kokosmilch (1 dl)
- Sambal Oelek
- Curry mild
- Kreuzkümmelpulver (Drogerie)