

## Siebenbürger Lammspiess

### Lammspiess mit Gemüse

	<i>Für 4 Personen</i>
Zubereitungsart:	<i>Grillieren</i>
Vorbereitungszeit:	<i>30 min</i>
Grillzeit:	<i>Var.10 – 15 min</i>
Total Zubereitungszeit:	<i>3/4 Std</i>
Aufwand (hoch, mittel, tief)	<i>Tief</i>



400 g Gigotsteaks vom Engadinerlamm

<b>1.</b>	2 Lamm-Nierchen	
	8 dünne Scheiben Speck	Die Nierchen vierteln und in die Speckscheiben einwickeln
	Gigot Steaks	In 3 – 4 cm grosse Würfel schneiden
	1 Zucchini	In Scheiben schneiden
	2 grosse Zwiebeln	vierteln
		Abwechslungsweise Fleisch und Gemüse auf Spiesse stecken
<b>2.</b>	6 Essl. Olivenöl	Marinade:
	3 Knoblauchzehen gepresst	
	1 EL Worcestershiresauce	
	Pfeffer, Salz	
	Paprika, Thymian	
	Frische Pfefferminze gehackt	Alles mischen, die Spiesse einlegen und über Nacht marinieren

Quelle: abgändert nach Kochbüchli Schafzuchtverband „die besten Lammfleischrezepte“

Notizen:

Mehr Rezepte:

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

#### ✂ EINKAUFSZETTEL ✂

- Zwiebeln, Knoblauch
- 8 Speckscheiben
- 1 Zucchini
- Paprika, Thymian
- Olivenöl
- Worcestershiresauce
- Pfefferminze frisch
- 4 Holz- od. Metallspiesse