

Lammspieße an Rosmarinsticks mit Tsazicki

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '5-6', 'yield' : " } });
```

Ideale Fingerfood, herzhaft und würzig mariniert

Zutaten

- Für die Lammspieße:
- 700 g - 800 g Lammfilet oder ausgelöste, parierte Lammrücken - Lachse in 25 g schweren Stücken
- 6 - 8 kräftige Rosmarin Stängel
- Für die Marinade:
- 2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 1 Msp. Kreuzkümmel
- 1 Msp. Cayennepfeffer
- 1 Msp. Paprikapulver, scharf
- 5 EL Olivenöl
- Saft ½ Zitrone und etwas Abrieb
- Für den Tsazicki - Dip:
- 300 g Salatgurke
- 100 g Bio - Joghurt
- 150 g Bio - Quark
- 1 TL Zitronensaft
- 1 EL gutes Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 EL frischer, gehackter Dill
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitung:

Schritt2

Die Marinaden Zutaten zunächst mit einander verrühren und über die Lammfleischwürfel geben. Mindestens 2 Stunden einlegen, zugedeckt und kühl marinieren.

Schritt3

Danach heraus nehmen und auf die etwas angespitzten Rosmarinstängel stecken, beliebig aufteilen.

Schritt4

Der Tsazicki - Dip:

Schritt5

Die Salatgurke schälen, in der Länge halbieren und mit Esslöffel die Kerne entfernen, heraus kratzen. Mit einer Küchenreibe in feine Streifen hobeln.

Schritt6

Den Knoblauch, Zitronensaft und Dill dazu geben, Quark und Joghurt verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch etwas Olivenöl darüber geben.

Schritt7

Anrichtevorschlag:

Schritt8

Die Spieße auf dem Grill oder in einer Stielpfanne ca. 3 - 4 min grillen oder braten, nicht trocken braten, rosa halten; mit Tsazicki und warmem Fladenbrot servieren.

Schritt9

.

Rezeptart: Fingerfood

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammspiesse-an-rosmarinsticks-mit-tsazicki/>