

## Gegrillte Lammspieße im Tomatenbett

Personenzahl	4-6
Zeit in Minuten	25
<b>Zutaten</b>	
magere Lammkeule ohne Knochen	900 g
Sahnejoghurt	300 g
zerdrückte Knoblauchzehen	3
Salz	1 TL
Pfeffer aus der Mühle, schwarz	
Zitronensaft	2 EL
Fleischtomaten	2
Gemüsezwiebel	1/2
Schmand	200 g
Salz, Zitronensaft	
<b>Zubereitung</b>	
<p>Lammfleisch von Sehnen befreien. Fett dranlassen, dadurch erhält das Fleisch beim Garen sein Aroma und bleibt saftig. Fleisch in etwa 3 cm große Würfel schneiden.</p> <p>Für die Marinade Joghurt, Knoblauch, Salz und reichlich Pfeffer verrühren. Mit den Fleischwürfeln mischen und über Nacht, mindestens aber 4 - 5 Stunden im Kühlschrank stehen lassen.</p> <p>Fleischwürfel auf Holzspieße stecken und unter dem Grill unter Wenden etwa 8 - 10 Minuten grillen.</p> <p>Fleischtomaten und Zwiebeln in sehr feine Streifen schneiden, auf einer Platte anrichten. Salzen und pfeffern. Schmand mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Heiße Spieße auf dem Gemüsebett anrichten. Mit Sauce begießen und sofort servieren.</p>	

Dazu frisches Bauernbrot servieren.