



R e z e p t

Marinierte Lammhüfte zum Grillen

Die Lammhüfte ist ein besonders köstliches Stück Fleisch. Unsere Marinade mit Rotwein, Knoblauch, Zwiebeln, Thymian und kräftigen Gewürzen bringt sie zu voller Wirkung.

Zutaten

- 1 kg Lammhüfte
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Zwiebeln
- 5 Gewürznelken
- ½ TL Chili-Pulver
- 10 frische Thymianzweige
- 2 Lorbeerblätter
- 100 ml Olivenöl
- 1 Flasche kräftiger Rotwein
- Pfeffer, Meersalz

Zubereitung

- Die Lammhüfte quer zur Faser in 2 Zentimeter dicke Stücke schneiden.
- Zwiebeln in Streifen schneiden, Knoblauch grob hacken. Nelken mörsern.
- Alle Zutaten für die Marinade in eine Schüssel geben. Das Fleisch salzen und pfeffern und so hineinlegen, dass es ganz bedeckt ist. An einem kühlen Ort über Nacht marinieren.
- Zum Grillen das Fleisch trockentupfen, mit etwas Olivenöl bepinseln, salzen und pfeffern.
- Etwa 10 Minuten von beiden Seiten grillen, dann noch weitere 5 Minuten an der Seite über niedriger Hitze ruhen lassen.