

Fleisch: Lamm vom Grill

Zutaten:

125 g Büffelmozzarella	100 g Weißbrot, ohne Rinde
2 Knoblauchzehen	je 2-3 Zweige Petersilie, Thymian, junger Rosmarin und Minze
2 Sardellenfilets	1 unbehandelte Zitrone
Salz	Pfeffer
1 kg Lammkeulenfleisch im Stück	2-3 EL Olivenöl zum Beträufeln

Zubereitung:

Den Käse kurz abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Das Brot ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Knoblauch hacken. Die Kräuter von den Stielen zupfen und fein hacken. Die Sardellenfilets mit einem Messerrücken fein zerdrücken. Die Zitrone heiß abspülen und die Schale abreiben. Alles in einer Schüssel mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Lammfleisch mit 3 Schnitten so schneiden, dass man es flach ausbreiten kann. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Füllmasse daraufgeben. Dann das Fleisch wieder zusammenlegen und mit Küchengarn zusammennähen.

Das Fleisch außen salzen und pfeffern und auf dem mittelheißen Grill unter häufigem Drehen etwa 40-45 Minuten garen. Dabei einige Male mit etwas Wasser einpinseln. Alternativ in 2 EL Öl anbraten und im heißen Ofen bei 210 °C 45 Minuten braten.

Das Fleisch etwas ruhen lassen und mit Olivenöl und dem Saft der Zitrone beträufelt servieren.

Salat: Shiitake-Salat

Zutaten:

400 g Shiitakepilze	2 EL Olivenöl
1 EL Butter	1 Bund Petersilie
1 EL Honig	1 EL Sojasoße
1 Chilischote	

Zubereitung:

Pilze vom Stiel befreien und in Stücke rupfen.

Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen, die Pilze dazugeben. Gehackte Chili und gehackte Petersilie mit in die Pfanne geben und durchschwenken. Alles mit dem Honig abschmecken und die Sojasoße hineingeben.

Alles zusammen auf einer Platte anrichten.

Salat: Spinat-Brot-Salat

Zutaten:

60 g weiche Butter	3 Knoblauchzehen (gerieben)
Salz	10 Scheiben Ciabatta (je ca. 2 cm Dicke)
100 g Parmesan	1 kg junger Blattspinat
400 g Kirschtomaten	12 EL Olivenöl
Pfeffer	6 EL Zitronensaft
2 TL abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)	
1 Chilischote	

Zubereitung:

Butter, Knoblauch und 1/4 TL Salz verrühren. Ciabattascheiben von beiden Seiten dünn mit der Butter bestreichen und 1,5 cm groß würfeln. Dann auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 200 °C (Umluft: 180 °C) auf der 2. Schiene von oben 7-9 Minuten rösten.

Parmesan mit einem Sparschäler in dünne Späne hobeln. Spinat waschen, putzen und leicht abtropfen lassen. Kirschtomaten waschen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, die Tomaten 1 Minute anbraten, so dass sie aufplatzen. Salzen und zuckern.

In einem Topf 2 EL Öl erhitzen, den feuchten Spinat hineingeben und bei geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze nur so lange garen, bis er halb zusammengefallen ist.

Zitronensaft, restliches Öl, 2 EL Wasser, Salz, Pfeffer und Zitronenschale glattrühren.

Spinat, Tomaten, Brotwürfel und Käse mit dem Dressing vermischen und servieren.