



## MEIN GENUSS



### Lammkotelett grillen



**It's a match!**

Indischer Traum: Unser Garam Masala Gewürz verleiht jedem Gericht exotische Aromen!



Vorbereitung  
**15 min**



Niveau  
**Mittel**



Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1 Das Fleisch waschen und anschließend mit einem Küchentuch trockentupfen.
- 2 Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch schälen und zusammen mit Joghurt, Kardamom, Zimtstangen, Pfefferkörnern und Gewürznelken in den Mixer geben und zu einer feinen Marinade pürieren.
- 3 Die Lammkoteletts mit der Paste einreiben und für ca. zwei Stunden im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen.
- 4 Die Lammkoteletts kurz vor dem Grillen mit Öl bepinseln und bei starker Hitze ca. *ein bis zwei Minuten pro Seite* grillen. Danach die Koteletts beiseitelegen und fertig garen lassen.
- 5 Vor dem Servieren mit der Gewürzmischung **Garam-Masala** bestreuen. Als Beilage eignet sich indisches Naan-Brot hervorragend.

### Zutaten

1400 g Lammkoteletts  
2 große Zwiebeln  
100 g frischer Ingwer  
5 Knoblauchzehen  
250 g Joghurt  
2 Zimtstangen  
1 TL grüner Kardamom (in einem Mörser fein mahlen)  
8 Schwarzer Pfeffer  
5 Gewürznelken  
1 TL Garam Masala  
6 EL Bratöl

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 03.10.2025.