



WANDERN SCHOTTLAND Rezept des Monats Mai 2011

Chermoula Lamm

von Christine Forsyth

Chermoula ist eine Gewürzmischung aus der Marokkanischen Küche, die zum Marinieren von Lamm, Geflügel und Fisch verwendet wird. Dieses Rezept gehört nicht in die Kategorie Fast Food, hat aber den Vorteil, dass man alles vorbereiten kann, lange bevor die Gäste kommen, um sie dann mit einem leckeren Braten zu überraschen.

Zutaten für 6 – 8 Personen

Ca. 2 kg

3

½ TL

1 TL

FÜR DIE CHERMOULA Paste

1

6 Zehen

4 gehäufte EL

3 gehäufte EL

2 EL

2 EL

2 TL

1

3 EL

1 TL

Lammkeule

große Zwiebeln, in Ringe geschnitten

Salz

brauner Zucker

gehackte Zwiebel

gehackter Knoblauch

frischer Coriander

Petersilie

Paprika

Cumin

Cayennepfeffer

große Zitrone (Saft)

Olivenöl

Salz

Zubereitung

1. Zunächst alle Zutaten für die Chermoula mit dem Pürierstab zu einer groben Paste zerkleinern.
2. Die Lammkeule in eine Ofenform legen und überall einstechen (zum Beispiel mit einem Schaschlikspieß oder einer dünnen spitzen Stricknadel. Ein Messer macht zu große Einstiche.)
3. Die Chermoulapaste gleichmäßig über die gesamte Lammkeule verteilen, die Keule mit Folie bedecken und im Kühlschrank 24-36 Stunden ziehen lassen.
4. Die Keule ca. 30 Minuten vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und den Ofen auf 170°C vorheizen.

5. Das Lamm aus der Ofenform nehmen. Die Zwiebelringe vorbereiten, mit dem Salz und dem Zucker vermischen und in die Ofenform legen. Die Zwiebelringe mit 600ml Wasser aufgießen und das Lamm nun auf die Zwiebelmischung legen.

6. Die Lammkeule nun ca. 4 Stunden im Ofen braten und stündlich mit etwas Soße aus der Form begießen. Nach dem Backen sollte das Lamm 10-15 min ruhen bevor es aufgeschnitten und mit der Soße und den Zwiebelringen serviert wird.

Tipp:

Eine traditionelle, leckere Beilage zum Chermoula Lamm ist Couscous, der mit Mandeln und Datteln gewürzt ist.

Guten Appetit!