



**biomobilstark**



das Beste von Feld, Stall und Wiese

# Rezept

## der Woche

### Lammkoteletts auf Spinat

**Zutaten für 4 Personen**

- 1 TL Kreuzkümmel
- Pfeffer
- 6 EL Olivenöl
- 4 große oder 8 kleine Lammkoteletts
- 150 g Ziegenfrischkäse
- 2 EL Milch
- 0,5 TL türkischer Pulbiber (das sind roten Chiliflocken, die in jedem Imbiss zu finden sind)
- alternativ: getr. Chili aus dem Mörser
- 500 g Blattspinat
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- 2 TL Sumach (Gewürz, bekommt man ebenfalls beim Türken, leicht säuerlicher Geschmack)

#### Zubereitung

Kreuzkümmel im Mörser grob zerstoßen. Mit etwas Pfeffer und 2 EL Öl mischen und die trocken getupften Koteletts damit rundum bestreichen. Frischkäse mit Milch und Pul Biber glatt rühren.

Den Spinat putzen, waschen und trocken schleudern. Schalotten der Länge nach halbieren und in schmale Halbringe schneiden. Knoblauch fein hacken.

2 EL Öl in einem großen Topf erhitzen. Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten, Knoblauch kurz mitbraten. Spinat zugeben und zugedeckt 5 Minuten dünsten, dabei gelegentlich umrühren.

Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen, Lammkoteletts salzen und im heißen Öl auf jeder Seite 3 - 5 Minuten bei starker Hitze braten. Lammkoteletts im auf 80 Grad vorgeheizten Ofen warm stellen. Spinat mit Salz und Sumach würzen. Mit Lammkoteletts und Frischkäse anrichten. Dazu passt frisch gebackenes Fladenbrot.



Wir freuen uns auf Ihren Einkauf.