



# Sommerliche Filet-Spieße vom Walisischen Lamm mit Joghurt-Minz-Sauce und Naan-Brot



Personen: 2

Zubereitungszeit:  
30 Minuten

Küche: mediterran

Zuschnitt: Filet

## Zutaten

Für das Naan-Brot

- 17 g Hefe
- 100 ml Wasser
- 6 g Salz
- 160 g Weizenmehl
- 40 g Joghurt (natur)
- 60 g Hartweizenmehl
- Für die Joghurt-Minz-Sauce:
- 100 g Joghurt (natur)
- 1 Bund frische Minze
- etwas Salz

Für die Filet-Spieße

- 2 Filets vom Walisischen Lamm
- 100 g Joghurt
- 1 TL Harissa-Paste (marokkanische Chilipaste)
- Saft je einer unbehandelten Limette und Zitrone
- Salz
- Das brauchen Sie noch: Holzspieße

Für die Dekoration

- 1 Gurke, geschält, halbiert und entkernt
- 1 Bund frischer Koriander
- etwas Olivenöl, Essig und schwarzer Sesam

## Zubereitung

1. Naan-Brot am Vortag vorbereiten. Dafür Hefe in lauwarmem Wasser einweichen. Salz, Weizenmehl und Joghurt hinzufügen. Alles vermengen und gut durchkneten. Vorratsbox mit Öl einreiben und Naan-Teig hineingeben. Alles über Nacht zugedeckt kalt stellen.
2. Für die Joghurt-Minz-Sauce Minzblätter von Stielen



- entfernen und grob hacken. Zu Joghurt hinzugeben, vermengen und mit Salz abschmecken.
3. Filets vom Walisischen Lamm in zwei bis drei lange Streifen schneiden. Joghurt, Harissa-Paste, Limetten- und Zitronensaft und etwas Salz in Schüssel geben. Alles gut verrühren. Lammfiletstreifen in Marinade geben und Marinade von allen Seiten leicht einkneten. Mit Marinade umgebene Lammfiletstreifen in mehrfacher S-Form auf Spieße spießen.
  4. Für die Dekoration Gurkenhälften auf Innenseite grillen oder in Grillpfanne anbraten. Danach in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. In Schüssel geben und abkühlen lassen. Korianderblätter von Stielen zupfen. Zu Gurke hinzugeben. Mit Olivenöl, Essig und schwarzem Sesam vermengen.
  5. Naan-Teig aus Kühlschrank nehmen und in 25 g große Portionen aufteilen. Jeweils auf Hartweizenmehl zu 3 mm dicken Fladen ausrollen. Auf Grill oder in Backofen (am besten auf Backstein) bei hoher Hitze (ca. 220 °C) so lange backen, bis Naan-Brote erste Blasen werfen und goldbraun sind.
  6. Lammfiletspieße bei hoher Hitze kurz grillen oder von allen Seiten anbraten. Auf Naan-Brot mit Joghurt-Minz-Sauce anrichten und mit Gurken-Koriander Mischung ausgarnieren.