

Fleischspiesse mit Jogurt-Gurken-Crème

Zutaten

Für 4 Personen

12 Metall- oder Holzspiesse

Marinade:

4 EL Rapsöl

1 TL Honig

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

½ TL Lebkuchengewürz oder

Zimtpulver

1 Msp. Chilipulver

2 Prisen Salz

600 g Rindfleischplätzli, z.B Stotzen,
in 10x2 cm grosse Streifen
geschnitten

Salz

Bratbutter oder Bratcrème

Jogurt-Gurken-Crème:

4 dl laktosefreies Jogurt nature, in einem feinen Sieb im Kühlschrank 3 Stunden abgetropft

1 Gurke, geschält, geviertelt, entkernt, in Scheibchen geschnitten

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

8 Borretschblätter, gehackt

Salz, Pfeffer, Tabasco

Borretschblüten zum Garnieren



Zubereitung

1 Für die Marinade alle Zutaten verrühren. Fleisch dazugeben, wenden. Zugedeckt im Kühlschrank einige Stunden marinieren.

2 Für die Jogurt-Gurken-Crème alle Zutaten mischen, würzen.

3 Fleischstreifen wellenartig auf Spiesse stecken, salzen. in Bratbutter oder Bratcrème beidseitig je 1-2 Minuten braten.

4 Mit wenig Jogurt-Gurken-Crème auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Borretschblüten garnieren. Restliche Jogurt-Gurken-Crème dazu servieren.

