Lammkoteletts marokkanisch - Chermoula

Chermoula wird in Marokko zu Fisch, Fleisch und Gemüse gereicht. Es ist ein würzige Sauce mit Olivenöl, viel Knoblauch, Koriander und Kreuzkümmel, meist kommt Minze dazu. Je nach Verwendungszweck und verfügbaren Ingredienzen wird sie mit weiteren Zutaten ergänzt: Zu Lammkoteletts passen z.B. Peperoni, Peperoncini, Zwiebel.

Die Chermoula ist eine dickliche Sauce, fast zu vergleichen mit einer warmen Vinaigrette, man gibt davon ein oder zwei Löffel voll zu den gebratenen Lammkoteletts.

Zutaten

```
3       Lammkoteletts
        Salz und Pfeffer

Chermoula:
4cl     Olivenöl
50g     rote Peperoni
30g     Zwiebel
2       Knoblauchzehen
3-5cm   Peperoncino (je nach Schärfe)
1/2Tl   Kreuzkümmel
1/2Tl   Koriandersamen
1       kleiner Zweig marokkanische Minze
        (gehackt ca. 1El)
1Tl     Zitronensaft
        Salz und Pfeffer
```

Zubereitung

Peperoni klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Peperoncino halbieren, die sehr scharfen Kerne entfernen, die Schote klein würfeln. Kümmel und Koriander im

Mörser zerstossen.

Olivenöl mässig erhitzen, alle Zutaten (ohne Minze und Zitronensaft) zugeben und ca. 40 Minuten im leicht blubbernden Olivenöl garen.
Tipp: Zu Beginn nur die Hälfte des Peperoncino zugeben und bei Bedarf den Rest bei der halben Kochzeit zugeben.

Sauce auskühlen lassen. Sobald sie nur noch lauwarm ist, Minze und Zitronensaft zugeben, vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lammkoteletts beidseitig salzen und pfeffern. Beidseitig 2-3 Minuten kräftig anbraten, Pfanne von der Herdplatte ziehen und die Koteletts 3-4 Minute zugedeckt nachziehen lassen.

Lammkoteletts anrichten und die Chermoula dazugeben. Als Beilage passt Couscous oder auch ein Getreidesalat mit Grünkern.