

Seco de Cordero (Lammgeschnetzeltes mit Koriander)

Zutaten (für 4 Personen)

500 g Lammfilet	1 EL Sojasauce
4 große Kartoffeln	1 Bund frischer Koriander, fein gehackt
1 Zwiebel	etwas Olivenöl
200 g Erbsen, gekocht (aus dem Glas)	Sonnenblumenöl zum Braten
2 Knoblauchzehen	½ TL Kreuzkümmel
1 ½ Limette	Salz und Pfeffer aus der Mühle
0,5 l Weißwein (alternativ 0,5 l Bier)	
1 EL gelbes Chilimus	

Zubereitung

Wenn man Zeit hat, das Lammfleisch am besten am Abend zuvor in etwa 3 cm große Würfel schneiden und mit etwas Olivenöl, Sojasauce und einer Limette marinieren. Ansonsten, wenn möglich, etwa zwei Stunden vorher.

Die Kartoffeln putzen, schälen und in einem Topf mit reichlich Wasser etwa 15 Minuten gar kochen. Anschließend in große Würfel schneiden und beiseite legen. Die Zwiebel in dünne Streifen schneiden, sowie den Knoblauch klein hacken. Den Koriander mit etwas Olivenöl und Limette pürieren, bis eine homogene Paste entsteht.

Das Fleisch in einem großen Topf mit Öl von allein Seiten gut anbraten, bis die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist. Das Fleisch beiseite legen. Danach die Zwiebel und den Knoblauch im gleichen Topf glasig dünsten und das Fleisch wieder dazu geben. Mit Koriander, Chilimus, Salz und Pfeffer würzen. Den Wein (oder das Bier) hinzufügen und zum Kochen bringen. Anschließend den zuvor pürierten Koriander dazu geben. Weiter bei mittlerer Hitze zugedeckt kochen, bis das Lammfleisch zart ist (etwa 20 bis 30 Minuten). Die gekochten Kartoffeln und Erbsen hinzugeben und noch eine Weile köcheln lassen (etwa 5 Minuten), bis sich die Flüssigkeit etwas reduziert hat.

Zum Lammgeschnetzeltes wird gerne Reis dazu serviert.

