KIKKOMAN

Picknickbrot mit Lamm-Schawarma und Knoblauchsauce

Gesamtzeit **80 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit **60 Min.** Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):
2.300 kJ / 550 kcal

Fett: **31 g** Eiweiß: **30 g**
Kohlenhydrate: **40 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

200 g	Lammschulter, in dünnen Scheiben
2	Knoblauchzehen, gehackt
2 EL	Naturjoghurt
1 EL	Zitronensaft
1 EL	Olivenöl
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel
1 TL	Paprikapulver
0,5 TL	gemahlener Koriander
0,5 TL	gemahlener Zimt
4 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

Knoblauchsauce:

0,5	Knoblauchknolle
1 Prise	Salz
2 EL	Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Knoblauch
2 EL	Olivenöl
2 EL	griechischer Joghurt

Zusätzliche Zutaten:

1	kleiner Laib Brot
50 g	frischer Spinat
80 g	Labneh-Käse
60 g	gemischte Nüsse (z. B. Mandeln, Walnüsse und Cashewkerne), gehackt

ZUBEREITUNG

Schritt 1

200 g Lammschulter, in dünnen Scheiben - **2** Knoblauchzehen, gehackt - **2 EL** Naturjoghurt - **1 EL** Zitronensaft - **1 EL** Olivenöl - **1 TL** gemahlener Kreuzkümmel - **1 TL** Paprikapulver - **0,5 TL** gemahlener Koriander - **0,5 TL** gemahlener Zimt - **4 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Knoblauch, Joghurt, Zitronensaft, Olivenöl, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Koriander, Zimt und Kikkoman Sojasauce in einer Schüssel vermengen. Lammfleisch dazugeben, gleichmäßig mit der Marinade bedecken und mindestens 1 Stunde zugedeckt in den Kühlschrank stellen. Das Öl in einer Pfanne stark erhitzen und die marinierten Lammscheiben 5 bis 7 Minuten braten, bis sie gebräunt und durchgebraten sind. Beiseitestellen.

Schritt 2

0,5 Knoblauchknolle - **1 Prise** Salz - **2 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Knoblauch - **2 EL** Olivenöl - **2 EL** griechischer Joghurt
Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Spitze der Knoblauchknolle abschneiden und mit dem Olivenöl und einer Prise Salz beträufeln. In Alufolie gewickelt 30 bis 40 Minuten rösten, bis der Knoblauch goldbraun und weich ist. Nach dem Abkühlen die Knoblauchzehen aus der Haut pressen und zerdrücken. Kikkoman Teriyaki Sauce mit Knoblauch und den Joghurt untermischen.

Schritt 3

1 kleiner Laib Brot - **50 g** frischer Spinat - **80 g** Labneh-Käse - **60 g** gemischte Nüsse (z. B. Mandeln, Walnüsse und Cashewkerne), gehackt
Den oberen Teil des Brotes abschneiden und das

weiche Innere herauslösen, sodass eine „Schale“ und ein „Deckel“ entstehen. Die geröstete Knoblauchsauce auf dem Boden der Brotschale verteilen. Lamm-Shawarma, Labneh-Käse, Spinatblätter und die Nüsse darauf verteilen. Den Deckel wieder aufsetzen. Das Brot für den Transport fest in Pergamentpapier oder Folie einwickeln und zum Servieren in Portionen schneiden.