KIKKOMAN

Mit Tamari und Chilli glasiertes Lamm

Gesamtzeit **60 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **30 Min.** Marinierdauer **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1634 kJ / 390 kcal

ZUTATEN

4 Portion(en)

4 EL	Kikkoman natürlich gebraute Tamari glutenfreie Sojasauce ohne Weizenzusatz
2 EL	Reisessig
1 TL	Chilipaste
2 EL	Mirin (Reiswein)
1 TL	Sesamöl
1 TL	gehackte Rosmarinnadeln
12	Lammkoteletts
Für den Salat:	
1	Zucchetti
1 TL	Salz
7.5 cm	Rettich
1	Karotte
1 TL	Kikkoman natürlich gebraute Tamari glutenfreie Sojasauce ohne Weizenzusatz
1 TL	Sesamöl
2 TL	Sesamsamen
	Rosmarinzweige, zum Garnieren

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Für die Marinade Tamari glutenfreie Sojasauce, Essig, Chilipaste, Mirin, Öl und Rosmarin verrühren. Lammkoteletts waschen, trocken tupfen, mit der Marinade bestreichen und abgedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen.

Schritt 2

Für den Salat Zucchetti waschen und putzen. Rettich und Karotten schälen, waschen und mit den Zucchetti grob raspeln. Tamari glutenfreie Sojasauce, Zitronensaft und Öl verrühren, mit Pfeffer würzen und mit dem geraspelten Gemüse vermischen.

Schritt 3

Lammkoteletts grillen oder in einer Grillpfanne braten, mit Sesamsamen bestreuen und mit dem Salat servieren. Nach Wunsch mit Rosmarinzweigen garnieren.