

# Mellemøstlig lammekebab marineret i sojasauce

Samlet tid **60 min.** 15 min. Arbejdstid 15 min. Tilberedningstid 30 min. Marineringstid

Næringsindhold:  
**2717 kJ / 650 kcal**

Fedt: **44 g** Protein: **48 g**  
Kulhydrater: **12 g**

## INGREDIENSE

### R

#### 2 Portioner

|                  |                                      |
|------------------|--------------------------------------|
| <b>1</b>         | lille rødløg                         |
| <b>4</b>         | fed hvidløg                          |
| <b>0,5 bundt</b> | persille                             |
| <b>2</b>         | kviste frisk mynte                   |
| <b>400 g</b>     | hakket lammekød                      |
| <b>4 spsk.</b>   | Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce |
| <b>0,5 tsk.</b>  | stødt koriander                      |
| <b>0,5 tsk.</b>  | stødt spidskommen                    |
| <b>2 spsk.</b>   | olivenolie                           |
| <b>1 spsk.</b>   | citronsaft                           |
| <b>1 tsk.</b>    | revet citronskal                     |
| <b>1 nip</b>     | knivspids friskmalet peber           |
| <b>Sauce:</b>    |                                      |
| <b>0,5 bundt</b> | frisk koriander                      |
| <b>0,5 bundt</b> | frisk persille                       |
| <b>1 spsk.</b>   | citronsaft                           |
| <b>2 spsk.</b>   | Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce |
| <b>120 ml</b>    | græsk yoghurt                        |
| <b>1 nip</b>     | peber                                |

## FREM GANGSMÅDE

### Step 1

**1** lille rødløg - **4** fed hvidløg - **0,5 bundt** persille - **2** kviste frisk mynte - **400 g** hakket lammekød - **4 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **0,5 tsk.** stødt koriander - **0,5 tsk.** stødt spidskommen - **2 spsk.** olivenolie - **1 spsk.** citronsaft - **1 tsk.** revet citronskal - **1 nip** friskmalet peber  
Knus hvidløg i en hvidløgspresser, hak løg, persille og mynte fint og hæld det ned til kødet. Tilsæt Kikkoman sojasauce, koriander, spidskommen, olivenolie, citronsaft, revet citronskal og friskmalet peber og bland det hele godt sammen.

### Step 2

Form kødet til små kotelet-formede kødboller, så de enten kan steges eller stikkes på spyd. Sæt dem på køl i mindst 30 minutter.

### Step 3

**0,5 bundt** frisk koriander - **0,5 bundt** frisk persille - **1 spsk.** citronsaft - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **120 ml** græsk yoghurt - **1 nip** peber  
Til saucen hakkes koriander og persille fint. Alternativt kan de blendes sammen med citronsaft. Tilsæt Kikkoman sojasauce og yoghurt og bland det hele sammen. Smag til med peber.

### Step 4

Fjern kødet fra køleskabet og tilbered det på en varm grill i 3-5 minutter per side. Server sammen med den færdige sauce.