

Lammkoteletts auf dem Elektrogrill



Zutaten für vier Personen:

4-8 Lammkoteletts, aus dem Karree geschnitten

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Oregano

Mehl zum Bestäuben

2-4 EL Olivenöl

Für die kleinen Kartoffeln:

12-16 kleine Kartoffeln (z.B. Sorte Grenaille oder Drillinge)

Fleur de Sel

3-4 EL Olivenöl

Zubereitung Lammkoteletts:

1. Lammkoteletts aus dem Karree schneiden und flacher klopfen. Zimmerwarm werden lassen.

2. Elektrogrill mindestens 20 min auf höchster Stufe vorheizen.

3. Lammkoteletts salzen, pfeffern, mit Oregano bestreuen und dann mit etwas Mehl bestäuben.

4. Die Grillstäbe mit einem geeigneten Pinsel mit wenig Olivenöl einstreichen und die Koteletts auflegen. Auf jeder Seite etwa 4-5 Minuten garen.

Zubereitung kleine Kartoffeln:

1. Die Kartoffeln zunächst etwa 25 min dämpfen, dann in eine Schüssel oder eine ovale Auflaufform geben und halbieren. Mit Olivenöl und Fleur de sel vermengen.

2. Zunächst auf der Schnittseite braten (auf der glatten Seite des Grills), dabei nach etwa 3-4 min umdrehen und weitere 4 min braten.

Hinweise:

Statt Oregano kann man italienische Kräuter oder Kräuter der Provence nehmen.

Eine weitere Beilage können z.B. Butterbohnen sein.

Als Sauce kann man z.B. Olivensauce anbieten, siehe eigenes Rezept.

Die Zeiten beziehen sich auf einen Cloer-Elektrogrill, bei anderen Grills weichen die erforderlichen Zeiten in aller Regel ab und müssen erprobt werden.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung 15 min, Gesamtzeit ca. 45 min, Fleisch, Lamm, mediterran

Foto und Rezept: Walter
Stand 29.08.2026