



Libanesisches Zicklein

*500g Zickleinfleisch aus der Keule, 750g Spinat, 3 Zwiebeln, 50g Butter,
50g Pinienkerne, 5 getrocknete Chilischoten, Salz, etwas Brühextrakt,
Saft einer halben Zitrone.*

*Das Fleisch in feine Streifen schneiden, die Zwiebeln würfeln. Den Spinat waschen,
abtropfen lassen und in einen Topf ohne Wasser fünf Minuten bei mittlerer Hitze unter
Rühren garen und beiseite stellen. Butter in einer Pfanne schmelzen und das Fleisch
darin anbraten, Zwiebelwürfel, Pinienkerne und Chilischoten mitdünsten und
mit etwas Spinatwasser auffüllen. Die Pfanne mit dem Deckel schließen und
das Fleisch 15 Minuten lang bei schwacher Hitze köcheln lassen.
Dann den abgetropften Spinat untermischen, mit Salz, Zitronensaft und
dem Brühextrakt würzen.*

Guten Appetit

wünscht Ihnen Ihr Firnerbauer Franz Eineder