

» ZUTATEN FÜR CA. 1 KG LAMMFLEISCH

- 4 EL Erdnussöl
 - 1 EL scharfer Senf
 - 1 TL Zitronensaft
 - ½ TL Oregano
 - ½ TL Thymian
 - ½ TL Rosmarin
 - 1 MS Cayenne Pfeffer
 - 2 EL Worcestershire-Sauce
 - 2 Stk. Knoblauchzehen gepresst
- Alle Zutaten gut verrühren