Maurische Fleischspieße
pinchos morunos

Pinchos morunos sind würzige Fleischspieße, die ihren Ursprung in der maurischen Küche haben und heute ein beliebtes Tapas-Gericht in Spanien sind. Traditionell werden sie mit Lammfleisch zubereitet, aber auch Schweine- oder Rindfleisch sind gängige Alternativen.
Pinchos morunos sind besonders wegen ihrer intensiven Würze und der einfachen Zubereitung beliebt. Sie eignen sich hervorragend als Vorspeise oder Hauptgericht und werden oft mit Brot und einem frischen Salat serviert.

Herkunft: Spanien
Kategorie: Tapas, Fleischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 8 Stunde(n)
Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

100 ml Olivenöl
2 EL Kreuzkümmel gemahlen
1 ½ EL Koriander gemahlen
½ EL Paprikapulver rosenscharf
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Rosmarin getrocknet
750 g Schweinefilet
10 Zehen(n) Knoblauch
1 Zweig(e) Petersilie glatt
2 EL Limettensaft
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
3 EL Öl zum Anbraten



Real Alcazar, Sevilla

Vorbereitung

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Gewürze einrühren. Bei geringer Temperatur etwa 3 Minuten schmoren, dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Das Fleisch trocken tupfen und in Würfel schneiden. In einer Schüssel mit dem Gewürzöl vermengen. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Mit der Petersilie fein hacken und dem Limettensaft zum Fleisch geben und alles gut durchmischen. Die Fleischstücke abgedeckt über Nacht marinieren lassen.

Zubereitung

Am folgenden Tag die Fleischstücke auf gewässerte Holzspieße stecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Grillpfanne erhitzen und die Spieße darin gar braten. Dazu schmeckt die Mojo verde.

© 2026 coquina.de