

## **Cabrito en salsa**

### **Zutaten:**

600 g Zickleinschulter  
1 Chili Schote  
2 Zehen Knoblauch  
Oregano und Thymian  
Essig Salz Pfeffer und Olivenöl  
(Beilage, Reis oder Papas arrugadas)



Die Chili mit dem Knoblauch, einigen Pfefferkörnern, etwas Salz, Oregano und Thymian im Mörser zerstoßen, mit 3 Esslöffel Essig und einem Esslöffel Olivenöl zu einer Paste rühren. Das Fleisch damit rundherum bestreichen und Abdecken. Die so marinierte Zickleinschulter sollte 10 bis 12 Stunden ziehen.

Danach werden aus der Schulter kleine Würfel geschnitten und in einer Kasserolle mit 6 Esslöffel Olivenöl kurz, scharf angebraten. Dann 3 Esslöffel Wasser zugeben und ca. 30 Minuten bei schwacher Hitze schmoren lassen bis es gar ist.



**Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen.**

Alle Informationen zur Isla bonita La Palma, Urlaub und Tauchen finden sie auf der Homepage

<http://www.4dive.org>