

GEMÜSE-GRILLSPIEßE MIT PAPRIKA, CHAMPIGNONS UND ZUCCHINI

GEMÜSE-GRILLSPIEßE MIT PAPRIKA, CHAMPIGNONS UND ZUCCHINI

Hier die zweite Variante meiner Grillspieße zum Start in die Grillsaison. Gemüse-Grillspieße mit Paprika, Champignons, Zucchini und Zwiebel, gewürzt mit Kräutern der Provence – schnell und einfach gemacht!



ZUTATEN FÜR 2 SPIEßE:

1 rote (Spitz-)paprika

1 grüne (Spitz-)paprika

4 Champignons

1/2 Zwiebel

1 Scheibe Zucchini (ca. 3 cm dick)

2 EL Olivenöl

1 TL Kräuter der Provence (getrocknet)

Pfeffer & Salz

1/2 Zitrone (Zitronensaft)

ZUBEREITUNG:

Wie beim Gemüse-Grillspieß mit Aubergine, Zucchini und Champignons geht es auch hier damit los das Gemüse zu waschen. Die Champignons werden von den Stielen befreit, die Paprika halbiert und in einigermaßen viereckige Stücke geschnitten. Von der Zucchini schneide ich eine dicke Scheibe ab und halbiere sie. Die Zwiebel wird geviertelt. Damit sind die Zutaten soweit bereit. Ich spieße also als erstes die Zwiebel auf, gefolgt von Champignon, rote Paprika, Zucchini, grüne Paprika, rote Paprika, Champignon, rote Paprika, grüne Paprika. Die Reihenfolge kann sich natürlich jeder so überlegen wie er es optisch am schönsten findet. Dann gebe ich über jeden Spieß von beiden Seiten etwas Olivenöl – wirklich nur etwas! – und würze die Spieße mit Kräutern der Provence, Pfeffer und Salz. Das Ganze wird dann mit ein paar Spritzern Zitronensaft beträufelt.



Die Spieße sollten erst kurz vor dem Grillen zubereitet werden damit das Gemüse schön frisch

bleibt.

Dann können die Spieße auf den Grill. Je nach Grill und Geschmack sollten sie 6-12 Minuten von allen Seiten gegrillt werden.



Dabei immer ein Auge auf die Spieße haben und aufpassen, dass nichts anbrennt. Wenn die Paprika an den Kanten etwas Farbe angenommen hat sollten die Spieße soweit sein.

Mit etwas Kräuterbutter oder Kräuter-Frischkäse-Dip servieren.

Fertig!