

# GEMÜSESPIEßE ZUM GRILLEN

20 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



30 MIN

GESAMTZEIT

## Zutaten für 10 Spieße

### Zum Aufspießen:

- 1 Paprikaschote (rot)
- 1 Paprikaschote (gelb)
- 200 g Champignons
- 250 g Zucchini
- 1 rote Zwiebel



### Für die Marinade:

- 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- Rosmarin (ein Zweig)
- Thymian (2 Zweige)
- 60 ml Olivenöl
- 1 TL Salz
  
- 10 Holzspieße

## Zubereitung:

1. Verrühre das Öl mit Rosmarin, Thymian und Salz. Reibe die Zitronenschale dazu, presse den Saft hinein. Presse den Knoblauch dazu und verrühre alles gut.
2. Wasche die Paprika und die Zucchini. Schneide beides in mundgerechte Stücke. Putze die Champignons. Schäle die Zwiebel und schneide sie in Achtel.
3. Mische das Gemüse mit der Marinade und stelle es für mindestens 30 Minuten kalt. Weiche in dieser Zeit die Holzstäbchen ein. Spieße dann abwechselnd das Gemüse auf die Holzstäbchen.
4. Grille die Gemüsespieße rundherum, bis das Gemüse leicht Farbe nimmt.



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöber in unserem **Shop**.

