

Schweinefilet Spieße

Zutaten für 6 Grillspieße

Für den Spieß

- 400 g Schweinefilet
- 125 g Speck
- 1 Zucchini
- 1 Paprikaschote
- 1 Zwiebel



Für die Marinade

- 4 EL Öl
- 2 EL Sojasauce
- 1 EL Worcestersauce
- 1 TL Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Senf
- 1 TL Salz
- 1 TL Paprikaschote
- Pfeffer (etwas)

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 8 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 28 Minuten

Ruhezeit: 3 Stunden

Zubereitung:

Schweinefiletspieße marinieren

1. Schneide das Fleisch in Würfel.
2. Gib das Öl mit der Soja- und Worcestersauce, dem Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Paprikapulver in eine große Schüssel. Presse die Knoblauchzehe dazu und verrühre alles zu einer Marinade. Gib das gewürfelte Schweinefilet hinein und mische es gut mit

der Marinade. Lasse es mindestens 3 Stunden ziehen.

Schweinefiletspieße zubereiten

3. Schneide die Zucchini in dünne Scheiben und die Paprika in Würfel, die sich zum Aufspießen eignen. Die Zwiebel schneidest du in dickere Ringe.
4. Wickel jeweils ein Stück mariniertes Schweinefilet in Speck ein. Spieße es abwechselnd mit Zucchini, Paprika und Zwiebel auf.

Schweinefiletspieße grillen

5. Lege die Schweinefiletspieße bei hoher Hitze auf den Grill und grille sie goldbraun. Wende sie zwischendurch.

Noch schneller, als den Grill anzuwerfen, ist die Zubereitung der Grillspieße im [Kontaktgrill*](#). Das dauert keine 10 Minuten.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

