



GEGRILLTE GEMÜSE-SPIESSE MIT PAPRIKA-MINZ-DIP

Zutaten:

2 Zucchini
8 Kirschtomaten
3 rote Paprika
200 g **Beneval** Frischkäse-Fass mit Bärlauch
1 Knoblauchzehe
3 EL fein gehackte Minze
2 EL **Cantinelle** Oliven Öl
1 EL **bio** Citrovin Zitrone
1/2 TL Jodsalz
8 Holzspieße

Zubereitung:

Die Holzspieße 12 Stunden vor der Verwendung in Wasser einlegen, somit verhindert man ein Verkohlen auf dem Grill. Die Zucchini waschen

und in 2 cm große Stücke schneiden. Die Kirschtomaten abwechselnd mit den Zucchini auf die Spieße stecken. Mit Salz würzen. Auf den Grill legen und von allen Seiten 3 Minuten grillen.

Für den Dip:

Die Paprika vierteln und grillen, die Haut abziehen und zusammen mit Knoblauch, Minze, Olivenöl und dem Frischkäse im Mixer grob pürieren. Mit Salz und bio Citrovin abschmecken.

Tip: Der Dip schmeckt auch hervorragend zu Grillfleisch.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Preis pro Person: 0,95 €

DAS BESTE GRILLGEMÜSE

Zutaten:

Verschiedene Gemüse nach Wahl,
z. B. Paprika, Auberginen, Tomaten
Kräuter nach Wahl
Knoblauch
Cantinelle Oliven Öl
Alufolie
Jodsalz
Le Gusto Pfeffer schwarz

Zubereitung:

30 cm Alufolie ausbreiten und mit Olivenöl einstreichen. Knoblauchzehen mit dem Messerrücken eindrücken. Das Gemüse in grobe Stücke schneiden, Gemüse, Knoblauch und frische Kräuter auf der Alufolie verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen und als Päckchen einschlagen. Die Päckchen geschlossen grillen und auf Tellern servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Preis pro Person: ca. 2,60 €



Für diese Rezepte benötigen

Sie u. a.:

Zucchini – Kirschtomaten – Paprika – **Beneval** Frischkäse-Fass mit Bärlauch – **Cantinelle** Oliven Öl – **bio** Citrovit Zitrone – Jodsalz



UNSERE
WEINEMPFEHLUNG

Baden Müller-
Thurgau

www.aldi-sued.de

