

## Rezept

# Bunte Grillspieße

Ein Rezept von Bunte Grillspieße, am 14.12.2025

## Zutaten

<b>400 g</b>	Hähnchen- oder Putenbrustfilet	Salz
	Pfeffer	$\frac{1}{2}$ kleine Ananas
<b>1</b>	kleine rote Paprikaschote	<b>2</b> Frühlingszwiebeln
	Grillspieße	Öl für die Spieße

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

## Zubereitung

1. Das Hähnchen- oder Putenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Fleisch rundherum salzen und pfeffern.
2. Die Ananas schälen, den Strunk und die braunen »Augen« entfernen. Ananasfruchtfleisch in Würfel schneiden. Paprikaschote und Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
3. Die Grillspieße einölen. Alle Zutaten abwechselnd auf die Spieße stecken und von jeder Seite 5 bis 6 Min. grillen.