

Rezept

Frühlingszwiebeln vom Grill

Ein Rezept von Frühlingszwiebeln vom Grill, am 09.06.2026

Zutaten

4 Bund Frühlingszwiebeln (ca. 500 g)	Salz
schwarzer Pfeffer	4 EL Olivenöl
2 Lorbeerblätter	1 TL grobes Meersalz
70 g schwarze Oliven ohne Stein	6 EL Zitronensaft
100 ml Olivenöl extra nativ	Prise Cayennepfeffer
Öl für den Rost	

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln waschen und putzen. Den grünen Teil auf ca. 5 cm einkürzen. Die Zwiebeln mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Im Öl wenden, bei Zimmertemperatur bis zum Grillen marinieren.
2. Den Holzkohlegrill anheizen. Für die Olivensauce Lorbeer und Meersalz im Mörser fein zerreiben. Die Oliven grob zerkleinern, zugeben und alles zu einer glatten Paste zerstampfen. Die Paste mit Zitronensaft und Olivenöl verrühren. Mit Cayennepfeffer pikant abschmecken.
3. Den Grillrost leicht ölen. Die Frühlingszwiebeln nochmals im Öl wenden. Auf dem heißen Rost (oder in der Grillpfanne) bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. grillen, bis sie leicht gebräunt sind. Dabei öfter wenden. Zum Servieren mit Olivensauce übergießen.