

Rezept

September-Spieße

Ein Rezept von September-Spieße, am 25.04.2024

Zutaten

500 g kleine festkochende Kartoffeln	Salz
1 Hokkaido-Kürbis (500 g)	1 rote Paprikaschote
2 rote Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 EL grüne Pfefferkörner (aus dem Glas)	1/4 l Sonnenblumenöl
2 Zitronen	4-6 lange Holz- oder Metallspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen und in Salzwasser in 20-25 Min. bissfest kochen. Noch heiß pellen und abkühlen lassen.

2. Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Paprikaschote halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen, die Hälften waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und vierteln.

3. Knoblauch schälen und mit dem Pfeffer hacken, mit dem Öl verrühren. Kartoffeln, Kürbis, Paprika und Zwiebeln damit übergießen und vermischen. Etwa 1 Stunde bei Raumtemperatur marinieren lassen. Dann die Zitronen halbieren.

4. Kartoffeln, Kürbis, Paprika und Zwiebeln abwechselnd auf die Spieße stecken, mit Salz würzen. Spieße auf den Rost legen und bei mittlerer Hitze 10-12 Minuten zugedeckt grillen, dabei ab und zu wenden. Gegen Grillende die Zitronen 2-3 Minuten auf der Schnittfläche mitgrillen, zu den Spießen servieren.