

Grillrezepte

Grillfest Grillparty - Gemüsesalat

Anzahl: 4 Personen

Gattung: BBQ, Gemüse, Salat, Vegetarisch, Grillen,

3	Paprikaschoten; rot, grün - und gelb (ca. 400 g)	3	Rosmarinzweige
		1	Knoblauchzehe
400 g	Zucchini	3	Essl. Weissweinessig
250 g	Champignons	2	Essl. Aceto-Balsamico
300 g	Weisse Zwiebeln	300 g	Mozzarella
125 ml	Olivenöl		Salz, Pfeffer
1	Bund Thymian		

1. Paprikaschoten mit dem Sparschäler schälen, vierteln, entkernen und in 3 cm breite Streifen schneiden. Zucchini längs vierteln und in 3 cm lange Stifte schneiden. Champignons halbieren, Zwiebeln pellen und achtern.

2. Paprika und Zwiebeln 6-8 Minuten im Öl braten. Mit der Schaumkelle herausheben und in eine Schüssel füllen. Dann Zucchini und Champignons 6 Minuten in dem Öl braten und in die Schüssel heben.

3. Kräuter abzupfen und fein hacken, Knoblauch pellen und in Scheiben schneiden. Beides ebenfalls 1 Minuten im Bratöl dünsten und zum Gemüse geben.

4. Mit Essig, Balsamessig, Salz und Pfeffer würzen. Mozzarella würfeln und unterheben. Kalt servieren.

: Lässt sich vorbereiten,

: Nährwerte: Fett in g: 47, Kohlenhydrate in g: 8, kcal: 532

: Zubereitungszeit: 45 Minuten