

SPIESSCHEN MIT GEMÜSEBÄLLCHEN VOM GRILL

ZUTATEN

 5 PORTIONEN

 30 MIN

 EINFACH

1 Packung Garden Gourmet Veggie Balls

1/3 Ananas, ca. 150 g
vorgeschnittene Stücke (Dose)

1 Zucchini

1 rote Peperoni

1 rote Zwiebel

1 Bund Koriander

Ein bisschen Salz

Ein wenig Pfeffer

5 rote Chilis (für die Sauce) oder
Chili-Pulver

3 Knoblauchzehen (für die Sauce)

1 EL frisch geriebener Ingwer (für die
Sauce)

50 ml Reis-Essig (für die Sauce)

200 ml Wasser (für die Sauce)

150 g Zucker (für die Sauce)

1 EL Maizena (für die Sauce)

Wenn du die würzig-süsse Kombination magst, ist dies das ideale Grillrezept auf Basis der leckeren Garden Gourmet Gemüsebällchen. Probiere gleich diese schnell zubereiteten Spiesse auf dem Grill mit einer leckeren Chilisauce.

ZUBEREITUNG

1. Ananas, Zucchini, Zwiebel und Peperoni schneiden

Ananas, Zucchini, rote Zwiebel und Peperoni in Stücke schneiden, damit sie leicht auf einen Spieß gesteckt werden können.

2. Gemüse, Ananas und Veggie Balls aufspießen

Gemüse-Stücke, Ananas und Garden Gourmet Veggie Balls abwechselnd auf die Spiesse stecken und dann im Kühlschrank mit Plastikfolie bedeckt aufbewahren.

3. Knoblauch, Chili und Ingwer fein mahlen

Den Knoblauch schälen. Die Chili Schoten halbieren und die Hälfte der Kerne entfernen. Knoblauch, Chili und Ingwer in eine Küchenmaschine geben und fein mahlen.

4. Sauce zubereiten

Wasser, Zucker, Essig und etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen und die Chili-Sauce hinzugeben. Stärke mit etwas Wasser verrühren und unter Rühren in die heiße Masse geben. Unter leichtem Rühren zum Kochen bringen, bis die Mischung eindickt, und abkühlen lassen. Falls gewünscht, zusätzlichen frischen Ingwer und/oder Reis-Essig hinzufügen. Die Sauce in eine Flasche füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

5. Spiesse grillieren und anrichten

Den Grillrost mit etwas Öl bestreichen. Die Spiesse auf dem BBQ grillieren, mit der vorbereiteten Chilisauce servieren und nach Belieben mit Koriander garnieren.

**FINDE WEITERE REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.CH/DE**