

Mediterranes Grillgemüse

Zutaten

(Für ca. 2–3 Portionen)

- 2 Zucchini
- 1 Aubergine
- 2 rote Paprika
- 150 g Champignons
- 4 Scheiben Grillkäse
- Etwas Olivenöl
- Saft einer Zitrone
- Einige frische Minzblätter
- Salz und Pfeffer

Tipp: Gemüse nach Geschmack wählen.

Zubereitung

1. Die Paprika jeweils in vier gleichmäßige Stücke schneiden. Die Aubergine in Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz beiseitestellen. Die Zucchini längs in etwas dickere Scheiben schneiden. Die Champignons ebenfalls in dicke Scheiben schneiden.
2. Die Grillpfanne gut erhitzen. Zuerst die Paprika hineingeben und daneben die Zucchini anbraten, bis sich auf beiden Seiten ein schönes Grillmuster zeigt. Anschließend die Aubergine und die Champignons grillen. Zum Schluss den Grillkäse anrösten. Dabei möglichst wenig wenden, damit er eine schöne Kruste bekommt.
3. Für das Dressing den Saft einer Zitrone auspressen und mit etwa der gleichen Menge Olivenöl vermengen. Die Minzblätter von den Stielen zupfen, fein hacken und zur Zitronen-Öl-Mischung geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut verrühren.
4. Das gegrillte Gemüse zusammen mit dem Käse auf einem Teller anrichten. Mit etwas frischer Minze bestreuen und das Dressing gleichmäßig darüber verteilen.

GRILLPFANNE

PFAS-FREE

„Kochen, Rezepte und Inspiration“
Werde Teil unserer Facebook Gruppe!

GRUPPE BEITRETEN



Die besten

CADLEKOCHT
mas REZEPTE