

**Vegetarische Spezialitäten vom Grill**  
(für 8-10 Personen)

4 frische Maiskolben  
1 rote Paprika  
1 gelbe Paprika  
1 grüne Paprika  
4 Tomaten  
4 junge Zucchini  
4 Kohlrabi  
4 Fenchelknollen  
0,1 l Olivenöl  
Pfeffer aus der Mühle  
Meersalz  
feingewiegte Petersilie  
1 Ananas  
etwas Honig  
1 Becher Kräuter Crème fraîche  
1 Becher Knoblauch Crème fraîche  
Knuspriges Brot nach Wahl

Die Maiskolben etwa 10 Minuten - ohne Salz! - vorkochen. In der Zwischenzeit das restliche Gemüse waschen und putzen. Das gesamte Gemüse gut abtrocknen. Paprika in Hälften oder Ringe schneiden. Die Tomaten kreuzweise einschneiden. Die Zucchini längs halbieren. Fenchelknollen und Kohlrabi in Stücke oder Scheiben schneiden. Das Gemüse mit Öl bepinseln, pfeffern und salzen und unter mehrmaligem Wenden auf dem Rost grillen. Grillzeit je nach Größe 8-10 Minuten. Nach dem Grillen je nach Geschmack mit fein gewiegter Petersilie oder anderen Kräutern bestreuen. Ananas in Scheiben schneiden, diese halbieren und von beiden Seiten einige Minuten grillen. Mit etwas Honig beträufelt servieren. Dazu Kräuter- bzw. Knoblauch Crème fraîche und knuspriges Brot servieren.

Bei 8 Portionen pro Person: 332 kcal (1447 kJ), 8,4 g Eiweiß, 19,3 g Fett, 27,5 g Kohlenhydrate (2,3 BE)

Rezept/Foto: WirthsPR



