

Grillspiesschen mit **Vegusto**



Vegusto vereint mit Gemüse und Früchten. Abwechslungsreiche und überaus schmackhafte Grillhäppchen.

Vegi-Service AG, Bahnhofstr. 52, CH-9315 Neukirch (Egnach)

Tel.: +41 (0)71 470 04 04, Fax: +41 (0)71 470 04 39, www.vegi-service.ch, kontakt@vegi-service.ch

So wirts gemacht!

Zutaten Grillspiese

Karibik-Grillspiess

- Curry-Bratwurst
- Mexican-Burger
- Melone
- Birne (saftig)
- Apfel
- Ananasstücke
- Banane
- Sonnenblumen- oder Rapsöl

Garten-Grillspiess

- Rustical-Braten
- Tomato-Burger
- Cherry-Tomaten
- Gurke
- Karotte (dünne Scheiben)
- Kohlrabi (5 mm Scheiben)
- Broccoli, Radieschen
- Zwiebel (5 mm Scheiben)
- Salz
- Sonnenblumen- oder Rapsöl



Zubereitung Karibik-Grillspiess:

- Früchte und Vegusto in Würfel oder Scheiben schneiden und in beliebiger Reihenfolge auf den Spiess streifen.
- Spiese auf eine genügend grosse Platte legen. Allseitig grosszügig mit Öl übergossen oder bepinseln.
- **Anbraten:** Karibik-Spiessli in einer Grillpfanne, einer normalen Bratpfanne oder auf dem offenen Grill etwa 2 Minuten warmbraten. Im Klappgrill genügt schon 1 Minute. Darauf achten, dass die Grillspiessli nicht zu heiss gebraten werden; mittlere Hitze genügt.

Zubereitung Garten-Grillspiess:

- Zutaten zerkleinern, in Würfel oder Scheiben schneiden. Das zubereitete Gemüse in eine Schale geben, in etwas Öl wenden und salzen. Alle Zutaten in beliebiger Reihenfolge auf den Spiess streifen.
- Fertige Spiese auf eine genügend grosse Platte legen. Allseitig grosszügig mit Öl übergossen oder bepinseln.
- **Anbraten:** Spiessli in einer Grillpfanne, einer normalen Bratpfanne oder auf dem offenen Grill etwa 7-9 Minuten langsam anbraten. Im Klappgrill genügen schon etwa 5 Minuten. Darauf achten, dass die Grillspiessli nicht zu heiss gebraten werden; mittlere Hitze genügt.

Dazu passt ein gemischter Salatteller und Reis.