

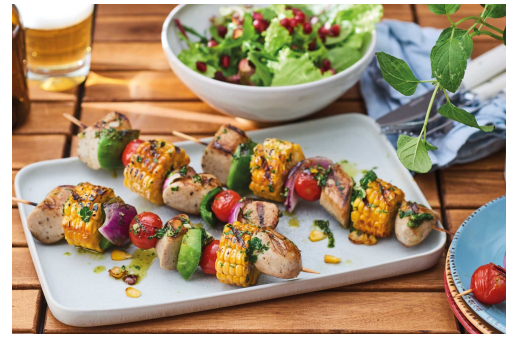


Bratwurstschaschlik mit Kräuteröl

Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Maiskolben, gegart	400 g
Zwiebeln, rot	2 St.
Cherrytomaten	250 g
Paprika, grün	1 St.
Rostbratwürste	4 St.
Petersilie, frisch	10 g
Thymian, frisch	5 g
Knoblauchzehen	1 St.
Olivenöl	5 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab, Grill

1. Maiskolben in ca. 4 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren, schälen, vierteln und Schichten voneinander trennen. Tomaten waschen. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und grob würfeln. Bratwurst in dicke Scheiben schneiden. Nach Belieben auf Spieße stecken.
2. Kräuter waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. Knoblauch schälen und grob hacken. In einem hohen Gefäß mit Olivenöl fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Bratwurstschaschlik mit Kräuteröl bestreichen und auf einem heißen Grill ca. 6 Min. braten. Immer wieder mit etwas Kräuteröl beträufeln.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen [Feldsalat mit Roter Bete und Ziegenkäse](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	452 kcal
Kohlenhydrate	33 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	28 g