

Grill-Gewürzmischung

Zeit gesamt 5min



Zubereitungszeit 5min





Zutaten

für 1 Portionen

| Paprika, edelsüß | 4 EL |
|-----------------------|---------|
| Brauner Zucker | 4 EL |
| Cayennepfeffer | 0.5 TL |
| Kreuzkümmel | 0.25 TL |
| Zimt | 0.25 TL |
| Thymian, gerebelt | 1 TL |
| Meersalz | 2 EL |
| Zwiebeln, getrocknet | 1 EL |
| Knoblauch, granuliert | 1 TL |

Zubereitung



1. In den Mixbehälter Paprikapulver, Rohrzucker, Cayennepfeffer, Kreuzkümmel, Zimt, Thymian, Meersalz, Zwiebel- und Knoblauchpulver geben. Gewürze für 20 Sek./Stufe 10 zerkleinern. Grill-Gewürzmischung bis zum Gebrauch in trockene Gläser füllen.

Guten Appetit!!

Tipp: Du kannst die Gewürzmischung für Hähnchen, Gemüse oder auch Couscous verwenden. Das Gewürz sollte trocken und dunkel gelagert werden. Die Gewürzmischung ist ca. 3 Monate haltbar.

Nährwerte (pro Portion)

| Kaloriengehalt | 258 kcal |
|----------------|----------|
| Kohlenhydrate | 38 g |
| Eiweiß | 7 g |
| Ballaststoffe | 15 g |
| Fette | 6 g |