

CERVELAT-ZUCCHETTI-SPIESSE

ZUTATEN

- ZUCCHETTI
- CERVELATS
- GEWÜRZ
- SENF NACH BELIEBEN



ZUBEREITUNG

1. DAS ENDE DER HOLZSTECKEN GANZ SCHMAL ZUSPITZEN, SODASS SICH EIN SPIESS VON CA. 15-20 CM BILDET.
2. ZUCCHETTI UND CERVELATS IN RÄDCHEN SCHNEIDEN, ZUCCHETTI MIT GEWÜRZEN NACH WAHL AROMATISIEREN.
3. ABWECHSLUNGSWEISE CERVELATS UND ZUCCHETTI AUFSPIESEN, DANACH ÜBERS FEUER HALTEN, BIS ALLES GAR IST.

TIPP: ZUCCHETTI BRAUCHEN EIN WENIG LÄNGER ALS CERVELATS BIS SIE GAR SIND, DESHALB DAS GEMÜSE IN ETWAS SCHMALERE RÄDCHEN SCHNEIDEN.

GERÄUCHERTE AUBERGINEN (VEGAN)

ZUTATEN

- AUBERGINEN
- SESAMPASTE, EHER DÜNNFLÜSSIG
- SALZ

ZUBEREITUNG

1. DIE GANZEN AUBERGINEN IN DIE GLUT (ABER NICHT INS FEUER!) WERFEN UND WENN NÖTIG NACH CA. 10 MINUTEN WENDEN, DAMIT DIE SCHALE VON ALLEN SEITEN GUT ANKOKELN KANN.
2. WENN DIE HAUT RUNDHERUM VERBRANNT AUSSIEHT UND SICH DIE AUBERGINE BEIM REINSTECHEN GANZ WEICH ANFÜHLT, IST SIE FERTIG.
3. GEMÜSE AUS DER GLUT HOLEN, AUF EINEN TELLER LEGEN UND IN DER MITTE DURCHSCHNEIDEN, SODASS DAS INNERE OBEN UND DIE SCHALE AUF DEM TELLER LIEGT.
4. DAS INNERE DER AUBERGINE MIT SESAMPASTE BETRÄUFELN UND ETWAS SALZEN.
5. DAS AUBERGINENFLEISCH MIT EINER GABEL ODER EINEM LÖFFEL AUS DER SCHALE KRATZEN UND GENIESSEN.