



Hähnchenspieße mit gegrillter Zucchini

Zeit gesamt
🕒 20min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zucchini	2 St.
Olivenöl	3 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Petersilie, frisch	30 g
Bio Zitronen	1 St.
Hähnchenspieße	600 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, feine Reibe, Grill

1. Zucchini waschen, Enden entfernen und längs in ca. 0,5 cm dicke Streifen schneiden. In einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren.
2. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. In einer Schüssel Kräuter mit Zitronenschale, 2 EL Zitronensaft, 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren.
3. Grill anheizen. Zucchini auf dem heißen Grill ca. 6 Min. grillen, Zucchini dabei mehrmals wenden. Hähnchenspieße ebenfalls ca. 6–8 Min. auf dem heißen Grill grillen.
4. Gegrillte Zucchini in der Schüssel mit Kräutern vermengen. Auf Tellern verteilen und mit Hähnchenspießen servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt frisches Baguette.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	240 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Eiweiß	37 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	7 g