



## MARINIERTE FLEISCHSPIESSE MIT ZUCCHINI

### Zutaten

- 130 g Pute
- 230 g Zucchini
- 4 Champignons
- 2 Schalotten
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL Rapsöl
- 1 TL Oregano
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 Prise Paprikapulver
- 1 Prise Salz

### Zubereitung

Fleisch waschen, trocken tupfen und würfeln. Schalotten abziehen, in Viertel schneiden. Zucchini putzen, waschen, in Scheiben schneiden. Champignons abreiben, putzen und halbieren. Vorbereitete Zutaten abwechselnd auf Schaschlikspieße stecken und in eine Schüssel legen.

Für die Marinade Oregano fein hacken und mit Knoblauch, Zitronensaft, Öl, Paprikapulver sowie Pfeffer verrühren. Über die Spieße geben und ca. 2 Stunden durchziehen lassen. Fleischspieße herausnehmen, gut abtropfen lassen und ca. 10-15 Minuten grillen, abschließend salzen.



### Rezeptvariation

Variieren Sie das Gemüse entsprechend Ihres Ernährungsplans und probieren Sie beispielsweise Paprika und Cherrytomaten.

Das Fleisch können Sie gegen Kalbfleisch oder für eine vegetarische Variante gegen Tofuwürfel austauschen.

