

GRÜNER SPARGEL VOM GRILL / MARINIERT MIT ORANGENSAFT UND GRANATAPFELKERNEN / GRILLBEILAGE / VEGAN



6 tolle Grillbeilagen, die super vorbereitet werden können. Hier zeige ich euch, was ihr neben gegrilltem Spargel noch für vegetarische Grill-Rezepte zaubern könnt. Da ist für jeden etwas dabei! Wir bereiten zum Grillen immer gerne magisches Baguette zu. Das geht wirklich super schnell und man benötigt nicht einmal eine Küchenmaschine. Der Teig wird mit einem Löffel verrührt und innerhalb von nur 2-3 Stunden steht das weiche, fluffige und außen knusprige Baguette auf dem Tisch. Es kann noch wahlweise mit Schnittlauch, Röstzwiebeln etc. verfeinert werden. Eine weitere Beilage, die nicht fehlen darf, sind Rosmarin Kartoffeln. Diese kleinen Kartoffeln mit Knoblauch und Gewürz sind super lecker und die perfekte Beilage aus dem Ofen oder vom Grill. Eine weitere Beilage oder ein Hauptgericht ist die leckere Pilzpfanne mit Zwiebeln und Thymian. Passend zur Saison machen wir auch immer gegrillten, grünen Spargel mit Orangensaft und Granatapfelkernen. Diese zwei Komponenten verleihen dem knackigen Spargel eine leckere, würzige Note. Gebackener Schafskäse darf bei uns auch nie fehlen, denn Ela liebt diesen einfach. Außerdem bereiten wir noch einen warmen Tomatensalat zu. All diese Beilagen können super vorbereitet werden. Außerdem sind all diese vegetarisch und mit Ausnahme des Schafskäses, sogar vegan!



Zubereitungszeit

15 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

ZUBEREITUNG

Wasche den grünen Spargel und entferne die holzigen enden. Röste die Pinienkerne in einer Pfanne ohne fett an, bis sie lecker durften und leicht braun geworden sind. Verrühre in einer separaten Schüssel die Granatapfelkerne mit dem Orangensaft, Olivenöl, der in Scheiben geschnittenen Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer und den Pinienkernen. Grille den Spargel nun etwa 3-5 Minuten bissfest. Verrühre ihn anschließend mit der vorbereiteten Marinade.

Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally.

ZUTATEN:

- 1 kg** grüner Spargel
- 1** Orange (Saft)
- 1** Granatapfel
- 1** Knoblauchzehe
- ½ TL** Salz
- ¼ TL** Pfeffer
- 30 g** Olivenöl
- 60 g** Pinienkerne