# Gemüse-Grill-Spieße

**Zutaten für 6 große Spieße:**

**(Alle Zutaten können auch je nach Geschmack ausgetauscht werden)**

2-3 rote Paprikaschoten

1 große Zucchini

frische Champignons, Zwiebeln, Datteltomaten

wer mag, Wiener Würstchen und/oder Minifrikadellen

4 EL Öl

italienische Kräuter, Salz, Pfeffer

**Zubereitung:**

Gemüse waschen und putzen. Zucchini in Scheiben, Paprika in Stücke schneiden. Zwiebeln und Champignons vierteln. Würstchen in Stücke schneiden. Die Gemüsesorten, Wurststücke, Frikadellen abwechselnd auf die Spieße stecken.

Eine Marinade aus Öl und den Kräutern herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spieße damit einpinseln und auf einem heißen Grill garen. Die Spieße dabei öfter einpinseln und drehen.

Dazu passt ein Schmand-Joghurt-Dip, den man ganz schnell zubereiten kann:

Einen Becher Schmand mit 2-3 EL Naturjoghurt verrühren, bis eine glatte Masse entstanden ist. Eventuell etwas Milch dazugeben. Mit Senf, Salz, Zucker und Paprikapulver (rosenscharf oder mild) abschmecken und frische Kräuter, z. Bsp. Schnittlauch unterheben.

mattkeag

wünscht guten Appetit!