

Gegrillte Scampispiße „Bistro“

Für die Grill-Party, dazu Auberginen-Kartoffelsalat

 ⌚ 35 min.

Zutaten für 4 Portionen:



4 Knoblauchzehen
2 EL Petersilie, gehackt
8 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
32 Scampis (ca. 250 g)
500 g Kartoffeln
1 Aubergine
1 Packung (200 g) GÉRAMONT Cremig-Leicht
3 EL heller Balsamicoessig
150 ml Gemüsebrühe
Zucker
1 Zweig Rosmarin
2 EL Schnittlauchröllchen

Zubereitung

Backofen auf Stufe Grill oder 240 °C vorheizen. Knoblauch abziehen und zerdrücken, zusammen mit Petersilie, sechs Esslöffeln Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren. Die Scampis im Knoblauchöl ca. 20 Minuten marinieren. Kartoffeln schälen, waschen, in 1x1 Zentimeter große Würfel schneiden und in kochendem Salzwasser ca. zehn Minuten garen.

Aubergine waschen, würfeln und im restlichen Öl anbraten. Kartoffeln zufügen, kurz mitbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Auberginen und Kartoffeln in eine Schüssel geben, GÉRAMONT in mundgerechte Ecken schneiden, nach Wunsch die Rinde entfernen und unterheben. Aus Balsamicoessig, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und Zucker eine Vinaigrette herstellen. Rosmarinnadeln vom Zweig zupfen, grob hacken und mit Schnittlauch zufügen. Vinaigrette mit dem Gemüse vermischen und kurz durchziehen lassen.

Scampis abtropfen lassen, jeweils vier auf einen Holzspieß stecken und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im Backofen ca. zehn Minuten garen. Kartoffel-Auberginensalat auf vier Tellern anrichten und mit jeweils zwei Scampispißen servieren.

Nährwerte pro Portion:

Brennwert: 1890 KJ / 450 Kcal
Eiweiß: 26 g
Fett: 25 g
Kohlenhydrate: 27 g