

ZUTATEN

- 1 Packung Garden Gourmet Sensational Filet Chicken Style
- 1/2 geschnittene Gurke
- 2 grosse Tomaten, in Scheiben geschnitten
- 1 rote Peperoni, gewürfelt
- 1 rote Zwiebel, in Spalten geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Zitrone
- 2 EL vegane Joghurtalternative (oder fettarmer Joghurt)
- 2 Fladenbrote
- eine Handvoll frischer Thymian und Oregano, gehackt (oder 2 TL getrocknet)
- 1 TL Olivenöl



Diese Spiesse sind einfach zuzubereiten, aber so lecker! Wenn du keine Spiesse hast, kannst du einfach die Marinade verwenden und die Sensational Filets im Ofen backen.

ZUBEREITUNG

1. Sensational Filets Chicken-Style marinieren

Joghurt, Olivenöl, etwas Zitronenschale und einen Spritzer Saft, den zerdrückten Knoblauch, die Kräuter und eine gute Prise Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Sensational Filets Chicken-Style in Stücke schneiden und in die Marinade geben.

2. Spiesse zubereiten

Sensational Filet Stücke mit Peperoni- und Zwiebelstückchen auf Holz- oder Metallspiesse stecken. Die Spiesse 10 bis 12 Minuten grillieren, dabei regelmässig wenden. Alternativ im Ofen 10-15 Minuten goldbraun rösten.

3. Guten Appetit!

Die Fladenbrote kurz auf dem Grill rösten, um sie aufzuwärmen. Die Gurke in lange Streifen schälen und die Tomaten in Scheiben schneiden. Die Spiesse mit dem Fladenbrot, den Tomaten und der Gurke servieren.

FINDE WEITERE REZEPTE AUF [GARDENGOURMET.CH/DE](https://gardengourmet.ch/de)