



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Gegrillte Süßkartoffeln mit Kirsch-Macadamia-Salsa

- 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- GEFRO BIO Würzmischung Mexiko Chili
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 4 kleine Süßkartoffeln, à ca. 250 g
- 80 g getrocknete Sauerkirschen
- 1 rote Zwiebel
- 0,5 gelbe Paprika
- 1 EL eingelegte Jalapenos
- 2 EL Macadamianüsse, gehackt
- 2 EL Kirschmarmelade
- 1 EL Koriander, fein geschnitten
- 2 EL Limettensaft, frisch gepresst
- 4 EL Sojasoße
- Salz

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Gegrillte Süßkartoffeln mit Kirsch-Macadamia-Salsa

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

18,3 g Fett 79,6 g Kohlenhydrate 8,6 g Eiweiß 13,2 g Ballaststoffe
522 kcal Brennwert

1 Salsa vorbereiten:

1 Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln.

1/2 gelbe Paprika entkernen, von weißen Häutchen befreien und ebenfalls fein würfeln.

1 EL eingelegte Jalapeños fein hacken.

2 EL gehackte Macadamias in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und beiseitestellen.

80 g getrocknete Sauerkirschen fein hacken und zusammen mit Zwiebeln, Paprika, Jalapeños und Macadamias in eine Schüssel geben.

Mit 2 EL Kirschmarmelade, 1 EL Koriander, 1 EL Wasser und 2 EL Limettensaft verrühren.

Mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer abschmecken.

2 Süßkartoffeln vorbereiten:

4 Süßkartoffeln längs in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Die Scheiben dünn mit 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra bestreichen und mit etwas Salz sowie GEFRO BIO Würzmischung Mexiko Chili würzen.

3 Süßkartoffeln grillen:

Die Scheiben auf den Grill legen und bei mittlerer Hitze mit geschlossenem Deckel insgesamt 12 Minuten grillen.

Nach 6 Minuten wenden, bis sie schön weich und leicht gebräunt sind.

4 Süßkartoffeln veredeln & servieren:

Etwas Sojasoße in einen tiefen Teller geben.

Die heißen Süßkartoffelscheiben kurz durch die Sojasoße ziehen.

Auf Tellern anrichten und mit der Kirsch-Macadamia-Salsa servieren.

Tipp: Für extra Röstaroma die Süßkartoffelscheiben vor dem Grillen leicht diagonal einschneiden - so wird die Sojasoße noch besser aufgenommen.