

Rezept

Grillsalat mit Nektarinen



© Maria Grossmann, Monika Schürle

Info

🕒 25 Min. Gesamtzeit	📏 leicht	🔥 330 kcal Kilokalorien	3 g Eiweiß	24 g Fett	26 g Kohlenhydrate
-------------------------	----------	----------------------------	---------------	--------------	-----------------------

Zutaten für - 4 + Portionen

2 kleine, feste **Zucchini**

4 **Nektarinen** oder Pfirsiche

8 EL **Olivenöl**

0,5 Bund **Rucola**

Salz

Pfeffer

8 EL **Balsamico**

Zubereitung

1. Zucchini mit einem Gemüsehobel der Länge nach in ca. 2 mm dünne Streifen hobeln. Nektarinen vierteln, Kerne entfernen.
2. Zucchinistreifen und Nektarinen dünn mit 4 EL Olivenöl einpinseln und auf einem Grill oder in einer Grillpfanne braten, bis das typische Grillmuster zu erkennen ist.
3. Zucchini, Nektarinen und Rucola auf einer Platte anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Olivenöl und Balsamico über den Salat träufeln. Sofort servieren.

