

Chili-Ananas vom Grill

FÜR 4 PERSONEN

1 Ananas mit Blattkrone

2 Chilis

3 EL Rohrzucker

½ TL Fleur de sel

ca. 2 EL Öl

1. Ananas samt Krone halbieren, Hälften vierteln. Dazu am besten ein Zackenmesser verwenden, so kann man auch die eher zähen Blätter gut durchschneiden. Chili sehr fein hacken. Mit dem Zucker und dem Salz mischen.

2. Grill auf ca. 200°C vorheizen. Schnittflächen der Ananas mit Öl bestreichen. Schnitze auf den Schnittflächen je 3–4 Minuten grillieren. Mit Chili-Mix bestreuen. Am besten warm servieren.

TIPP Früchte vom Grill sind eine tolle Abwechslung zu den üblichen Beilagen. Auch Pfirsichhälften oder Melonenschnitze lassen sich auf dieselbe Art zubereiten.

ZUBEREITUNG

 ca. 25 Minuten

 vegan

Pro Person ca. 1 g Eiweiss, 5 g Fett,
27 g Kohlenhydrate, 650 kJ/160 kcal

