



FETA-GURKEN-SPIESSLI

FÜR 4 PERSONEN

Ergibt 16 Stück

200 g	Feta
100 g	Gurke
8	Cherry-Tomaten
16	entsteinte schwarze Oliven
16	Holzspiesschen
2 EL	Olivenöl
1 EL	flüssiger Honig
1 TL	Paprika
2 Prisen	Salz
wenig	Pfeffer

UND SO WIRDS GEMACHT

1. Spiessli: Feta in 16 Würfel schneiden. Gurke schälen, entkernen, in 16 Stücke schneiden. Tomaten halbieren, mit dem Feta, der Gurke und den Oliven an die Spiesschen stecken, auf einer Platte anrichten.

2. Sauce: Öl, Honig und Paprika verrühren, würzen. Sauce über die Spiessli träufeln.

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Nährwert: Portion (1/16): 71 Kcal /

5 F / 3 KH / 2 EW

vegetarisch, ohne Gluten

Einkaufsliste

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops.



In Zusammenarbeit mit

Betty Bossi