





## Gemüse-Spießchen mit Erdnußsauce

Für 4 Personen

### *Gemüsespießchen:*

- 1 gelbe Paprikaschote,  
2 cm breite Streifen
- 1 rote Paprikaschote,  
2 cm breite Streifen
- 300 g Zucchini,  
1,5 cm breite Scheiben
- 200 g kleine Champignons
- 2 Tomaten, Schnitze
- 3 Frühlingszwiebeln,  
4 cm lange Stücke
- 3 EL ÖL
- 1/2 TL Currypulver

### *Erdnußsauce:*

- 1 EL Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 4 EL Erdnußmus
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Honig
- 1 Prise Chilipulver
- abgeriebene Schale einer  
unbehandelten Zitrone
- 70 ml kalte Gemüsebrühe

*Auf den Spießchen steckt eine saftige Mischung aus verschiedenen Gemüsen. Die Erdnußsauce schmeckt auch zu Gemüsepfännchen aus dem Backofen oder zu Karotten und Zuckererbsen aus dem Wasserdampf.*



### *Gemüsespießchen:*

1. Paprika, Zucchini, Champignons, Tomaten und Frühlingszwiebeln abwechselnd auf Spießchen stecken.
2. Öl mit Currypulver verrühren. Die Spießchen rundum mit dem Gewürzöl einstreichen, nebeneinander auf ein Backblech legen.
3. Die Spießchen im vorgeheizten Ofen bei 200°C 15–20 Minuten backen. Nach 10 Minuten einmal umdrehen, eventuell nochmals mit Gewürzöl bestreichen.
4. Die Erdnußsauce zu den Spießchen reichen. Gut paßt dazu körniger Basmatireis.

### *Erdnußsauce:*

Mit dem Handrührgerät alle Zutaten zu einer glatten, cremigen Sauce rühren.