Gegrilltes Gemüse mit Kichererbsen

Zutaten (für 2 Personen):

- 1 Zucchino
- 1 Tomate
- 200 g grüner Spargel
- 1 Zwiebel
- 1 Dose Kichererbsen
- 150 g Feta
- 2 EL Olivenöl
- 0,5 Zitrone
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

Zucchino und Tomate waschen und würfeln. Spargel waschen und die Enden abschneiden, quer in etwa 5 gleichgroße Stücke schneiden. Zwiebel schälen und würfeln.

Die Kichererbsen in einem Sieb abbrausen und abtropfen lassen. Den Feta würfeln. Olivenöl in eine große Schüssel geben, Zitrone auspressen und den Saft mit dem Öl verrühren. Oregano und Paprikapulver untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gemüse, die Kichererbsen und den Feta in die Schüssel geben und alles gut mit der Marinade vermischen, danach in eine Grillschale umfüllen und etwa 15-20 Minuten auf dem Grill garen lassen.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs
Sendetermin: 29.01.2024
Koch/Köchin: Medicum Hamburg

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen