

Schweinefleischspieße

Zutaten

(für 4 Personen)

500 g Schweinerücken

40 g Schinken geräuchert

12 Salbeiblätter

Salz, Pfeffer, 12 Holzspieße



Die Holzspieße in kaltem Wasser einweichen. Vom Schweinerücken dünne Schnitzel schneiden, ca. 12 Stück. Die Schnitzel auf der Arbeitsplatte auslegen, mit Salz und Pfeffer schwach würzen, mit Schinken und Salbeiblatt belegen und zu Rouladen aufrollen.

Jeweils drei Rouladen eng untereinander legen und vier Holzspieße durch die drei Rouladen stechen. Mit einem scharfen Messer in vier Teile schneiden, so dass auf jedem Spieß drei Schweinefleischschnecken sind. Mit den restlichen Rouladen ebenso verfahren.

Die Spieße dünn mit Öl einpinseln.

Im Backofen bei eingeschaltetem Grill 240° C ca. 3 Min. von jeder Seite grillen, Holzkohle- oder Gasgrill ist ebenso geeignet.

Pro Person

Energie 147 Kcal

Fett 3 g

Eiweiß 30 g