

# Brotspieße mit Scampi

Sonstige Gerichte » Belegte Brote

## Zutaten (4 Personen)

- » 3 kl. bunte Paprika
- » 1 Fladenbrot(e)
- » 16 Scampi
- » 3 EL Orangensaft
- » 3 EL Sesamöl
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Öl
- » 200ml Brot-Dip

## Bewertung



### **Beschaffung**

guten Supermarkt



### **Kosten**

11-15€



### **Zubereitungszeit**

bis 30min

## Zubereitung

1. Paprikaschoten putzen, waschen und in grobe Stücke, Fladenbrot in mundgerechte Stücke schneiden. Scampi waschen und trockentupfen. Saft, Öl, etwas Salz und Pfeffer verrühren, Scampi damit einstreichen.

2. Paprika, Brotstücke und Scampi auf Spieße stecken und in erhitztem Öl von allen Seiten 3-5min braten. Mit dem Brot-Dip anrichten.

Tipp: Statt Scampi Fleisch verwenden: Hähnchen, Pute, Lammfilet oder Steak.

Nährwerte: 518kcal/E21g/F27g/KH46g pro Portion

angelegt am: 18.07.2006

Rezept-Nr: 2128

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke