

Schweinsfilet-Zucchini-Spiesse an Barbecuesauce



Zubereitung

Für 4 Personen

1. Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Chilischote oder Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.

2. In einer kleinen Pfanne das Olivenöl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Chilischote oder Peperoncino darin andünsten. Tomaten- und Zitronensaft, Zucker sowie Gewürze beifügen. Die Sauce ungedeckt auf 2 dl einkochen, dann abkühlen lassen.

3. In einer mittleren Pfanne reichlich Salzwasser aufkochen. Den Stielansatz der Zucchini abschneiden und die Früchte ganz und ungeschält 5 Minuten im Salzwasser vorkochen. Sorgfältig herausheben und gründlich kalt abschrecken. Dann die Zucchini der Länge nach vierteln und in 5 cm lange Stücke schneiden.

Zutaten

Barbecuesauce:

- 1 Stück Zwiebel, mittel
- 1 Stück Knoblauchzehe
- 1 Stück Chilischote, rot, oder Peperoncino
- 3 Esslöffel Olivenöl
- 3 dl Tomatensaft
- 1 Teelöffel Zitronensaft
- 1 Esslöffel Rohrzucker
- 0.5 Teelöffel Zimt
- Salz, Pfeffer

Fleisch:

- 2 Stück Zucchini, mittel
- Salz
- 12 Stück Schweinsfiletmedaillons, je ca. 2 cm dick geschnitten

4. Abwechselnd Schweinsfiletmedaillons und Zucchini auf Spiesse stecken. Auf eine Platte geben und beidseitig mit Barbecuesauce bestreichen. Zugedeckt etwa 1 Stunde marinieren lassen.

5. Vor dem Grillieren von den Spiesen die Marinade mit einem Messer leicht abstreifen. Die Spiesse salzen. Auf dem Grillrost oder in der Bratpfanne in etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–4 Minuten braten; dabei gelegentlich mit Marinade bestreichen, auf dem Grill häufiger als in der Bratpfanne.