1A+1B

Tomaten-Garnelen-Spiesse

Zubereitungszeit
40 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Öl, Knoblauch und Limettensaft zu einer Marinade vermengen. Die Garnelen hinzufügen und mindestens eine halbe Stunde bis einen halben Tag in der Marinade stehen lassen. Garnelen und Tomaten abwechselnd auf einen Spieß stecken. Auf dem Grill oder einer heißen Grillpfanne von beiden Seiten 3-4 Minuten grillen. Sie sind gar wenn sie schön rosa und fest sind.

Zutaten

- [ ] 120-150 g geschälte Garnelen
- [ ] 100 g kleine Rispentomaten
- [ ] 1 Knoblauchzehe, gepresst
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 EL Limettensaft
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**240 kcal**
Kohlenhydrate	**6 g**
Fett	**12 g**
Ballaststoffe	**2 g**
Eiweiß	**25 g**