



## Putenspieße mit Curry und Ananas vom Grill

### Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Putenfilets
- 2 EL Curry
- 1 Zitrone
- 4 EL Rapsöl
- 1 Dose Ananas
- 2 EL Sesam



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

### Zubereitungszeit:

Circa 20 Minuten

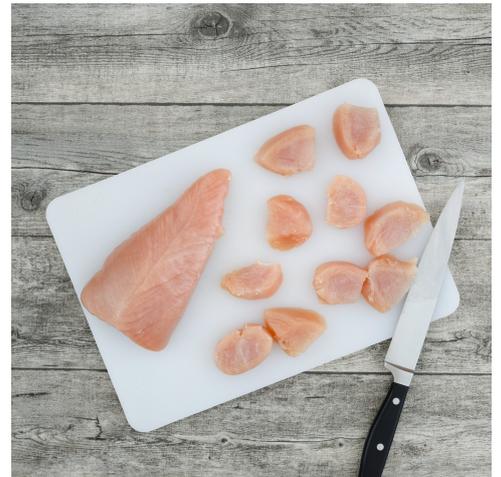
## Putenspieße mit Curry und Ananas vom Grill

### Zubereitung:

1. Zuerst die Zitrone auspressen und den Saft mit Rapsöl und Curry verrühren.



2. Dann die Putenfilets in Würfel schneiden...



3. ...und mit der Curry-Mischung bedecken.



## Putenspieße mit Curry und Ananas vom Grill

4. Jetzt die Ananas in Stücke schneiden und abwechselnd mit den marinierten Putenwürfeln auf Spieße stecken.



5. Als nächstes wandern die Putenspieße für circa 10 bis 12 Minuten auf den Grill, wo sie rundum gegrillt werden.



6. Jetzt noch mit Sesam bestreuen und dann...



7. ...heißt es nur noch: Schnell zugreifen und Putenspieße genießen!

## Putenspieße mit Curry und Ananas vom Grill



### Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf [www.deutsches-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)