

Fischstäbchenspieße zum Grillen und Braten

Für 4 Portionen

10 Fischstäbchen	4 Paprikaschoten, gelb, rot	4 Gemüsezwiebeln
1 Tasse Reis	3 EL Bratöl	Salz, Pfeffer

Die Fischstäbchen im Kühlschrank leicht antauen lassen, anschließend jeweils 1 Fischstäbchen in 3 gleichgroße Teile schneiden. Die gelbe Paprika in Würfel schneiden (die Größe der Paprikawürfel sollte sich an den Fischstäbchenwürfeln orientieren). Die Gemüsezwiebel schälen, vierteln und die einzelnen Zwiebelringe voneinander trennen. Nun abwechselnd Paprika, Zwiebel und Fischstäbchen auf 8 Schaschlikspieße spießen, bis alles aufgebraucht ist.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schaschlikspieße bei mittlerer bis höherer Hitze 10 - 15 Minuten knusprig braten.

Inzwischen den Reis mit 2 Tassen Wasser aufkochen lassen und bei geringer Hitze leicht köchelnd in 15 Minuten garen. Mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken.

Als Dip zu den Fischstäbchenspießen schmeckt am besten Remouladensoße oder Cocktailsoße.

NN am 17. Juni 2025