



Rezeptkarte

Grillgemüse mit Cajun Spice

 Altes Gewürzamt
Fam. Holland

Grillgemüse mit Cajun Spice

Zutaten (4 Personen):

200 g Minikarotten, 200 ml Orangensaft, 1 EL Honig,
½ Vanilleschote Madagaskar, 300 g wilder Brokkoli, Salz,
1 TL Cajun Spice, 3 EL Olivenöl

Equipment: Smoker oder Grill mit Deckel

Zubereitung (ca. 30 Minuten):

Den Orangensaft zusammen mit dem Honig und der Vanille aufkochen und in eine Schale geben. Die Karotten in die Marinade legen. Karotten bei direkter mittlerer Hitze für ca. 3 Minuten von jeder Seite angrillen bis diese leicht gebräunt sind. Danach nochmals durch die Marinade ziehen und mit grobem Meersalz bestreuen. Jetzt die Karotten indirekt bei 110°C für ca. 15 Minuten grillen bis diese weich sind.

Den Brokkoli putzen, waschen und in eine Schüssel geben. Einen Schuss Olivenöl, eine Prise Salz und einen Teelöffel Cajun Spice hinzufügen und alles einmal durchschwenken. Jetzt den Brokkoli für 10 Minuten bei niedriger direkter Hitze angrillen. Gelegentlich wenden und den Deckel möglichst geschlossen halten.

Vadouvan-Serviettenknödel siehe Rezeptkarte

“Rosa Lammrücken mit Vadouvan-Serviettenknödel aus dem Smoker”