

# Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

## **Mangold gegrillt**

Zutaten:

8 Mangoldstiele  
2 Eßl. Olivenöl  
2 Eßl. Zitronensaft  
2 Knoblauchzehen

Zubereitung:

Mangoldstiele gut waschen und trocknen, evtl. einmal durchschneiden. Aus Olivenöl, Zitronensaft und ausgepresstem Knoblauch eine Marinade herstellen und die Mangoldstiele damit gut bestreichen.

Die eingepinselten Mangoldstiele auf den Grill legen und 7 bis 10 Minuten grillen.

Beilage:

Zu den gegrillten Mangoldstielen schmeckt eine Kräuterfrischkäsecreme oder eine einfache Quarkremoulade.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

[www.gemuese-bringts.com](http://www.gemuese-bringts.com), Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)