

# Hähnchen-Gemüse-Spieße



ca. 40 min., mittel

## Zutaten und Zubereitung

### Zutaten für 4 Portionen

- 250 g Hähnchenbrustfilets
- 100 g Strauchtomaten
- Zucchini
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 50 g Champignons
- 4 EL Good-Morning-Vietnam-Suppe
- 1 EL Speed Exotic Garlic
- Holzspieß

### Nährwerte pro Portion

ca. 118 kcal/ 495 kJ, 16 g Eiweiß, 1 g Fett, 8 g Kohlenhydrate

### Vorbereitung

Hähnchenfleisch abspülen, trocken tupfen und in 2cm große Würfel schneiden. Good-Morning-Vietnam-Suppe mit Speed Exotic Garlic verfeinern. Das Fleisch darin entweder einige Zeit (mind. 20-30 Minuten) einlegen, oder es mit der Mischung bestreichen.

### Zubereitung

Zucchini, Tomaten und Paprika kleinschneiden und im Wechsel mit dem marinierten Fleisch auf die Holzspieße stecken. Die Spieße auf den Grill geben bis sie gar sind.

Zubereitung: