



# GRILLIERTE NEKTARINEN

für 4 Personen  
zubereiten: ca. 30 Minuten

Nektarinen  
4 Nektarinen, halbiert  
4 EL Honig  
1 Zitrone, abgeriebene Schale,  
ganzer Saft

2 EL Pistazien, grob gehackt  
Wenig Pfefferminze, Blättchen  
abgezupft

Sauce  
300 g Joghurt nature (z.B.  
Burgrain)  
1–2 cm Ingwer, fein gerieben  
¼ TL Kardamompulver

1 Nektarinen in eine Grillschale legen. Honig, Zitronenschale und -saft mischen. Die Schnittflächen der Früchte mit wenig Honigmarinade bestreichen. Nektarinen über mittelstarker Glut/ mässiger Hitze 10–12 Min. grillieren. Dabei die Nektarinen ab und zu wenden und mit der restlichen Marinade bestreichen.

2 Sauce: Joghurt mit Ingwer und Kardamom mischen.

3 Fertigstellen: Joghurt in Schalen oder Teller verteilen, Früchte darauf anrichten, restlichen Honigsaft darüberträufeln, mit Pistazien und Pfefferminze garnieren.

## Tipp

Statt Nektarinen andere Früchte (z.B. Pfirsiche oder Birnen (längere Garzeit) verwenden.

Viele weitere gluschtige Rezepte gibt's unter:  
[www.mahlerundco.ch/rezepte](http://www.mahlerundco.ch/rezepte)

