

Grillede snackpebre, grilltomater og sprøde croutoner

500 g snackpebre i halve uden kerner
4 stk. grilltomater i halve ca. 400 g
1 helt hvidløg i fed
2 spsk. olivenolie
2 spsk. flydende honning
4 stk. grøn chili i mindre stykker
Seasalt
1/4 tsk. røget paprika
100 g salatost i små brud

.... Brød croutons

100 g groft daggammelt brød skåret i grove tern
Olivenolie til pensling
Seasalt

Pynt

Drys med røget paprika



Grill snackpebrene på en grillpande eller en grill til de er gyldne, og skær dem i grove rustikke stykker. Stil dem til side.

Grill tomaterne på en meget varm grill i 2-3 min.

Giv de hele hvidløgsfed et tryk i skallen, grill dem i 2 min. sammen med stykker af grøn chili.

Kom grillede snackpebre, grillede halve tomater, grillede hvidløgsfed i skal, samt stykker af grøn chili på et serveringsfad. Hæld flydende honning og olivenolie over. Drys med seasalt og røget paprika.

Croutoner

Vend brødcroutonerne med olivenolie og seasalt. Grill dem på grill eller grillpande til de er gyldne og sprøde. Drys dem over peber-/tomatsalaten.

Energi pr. person:
1285 kJ (306 kcal)

Energifordeling pr. 100g
Protein: 15 %
Fedt: 39 %

Kulhydrat: 46 %

