



KOCHEN IM ZEICHEN  
DES GUTEN GESCHMACKS

## GEGRILLTES STEINOBST MIT BROKKOLISALAT



**HAUPTZUTAT**  
Obst

**ZUBEREITUNGSZEIT**  
Unter 30 Minuten

**PORTIONEN**  
2-4

### ÜBERBLICK

Ein herrlich sommerliches Mittagessen.

Durch das Grillen von Pfirsichen karamellisiert der natürliche Zucker in der Frucht und die Aromen werden verstärkt.

Am besten passt dazu butterweicher Burrata, aber auch salzige Halloumi-Würfel sind eine wunderbare Alternative.

### ZUTATEN

- 25 ml Olivenöl
- 1 Brokkoli
- Saft einer Zitrone
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Bulgur oder Couscous, gekocht
- Olivenöl
- 2 Pfirsiche, halbiert
- 2 Nektarinen, halbiert
- 4 Aprikosen, halbiert
- 30 ml Honig
- 2 Burrata oder Halloumi-Blöcke
- 12 Scheiben Coppa-Schinken oder Charcuterie nach Wahl (optional)
- 8 Grissini
- Balsamicoessig, zum Servieren
- Brunnenkresse oder Rucola, zum Servieren

### ZUBEREITUNG

- 1) Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.
- 2) Brokkoli 30 Sekunden lang im Wasser kochen, bis er hellgrün ist.
- 3) Herausnehmen und mit eiskaltem Wasser abschrecken.
- 4) Den Brokkoli in mundgerechte Stücke schneiden und in einen Mixer geben.
- 5) Solange zerkleinern, bis er optisch an Reis erinnert.
- 6) Zitronensaft, Salz und Pfeffer unter den zerkleinerten Brokkoli rühren, mit gekochtem Bulgur oder Couscous und einem großzügigen Schuss Olivenöl vermischen und beiseitestellen.
- 7) Eine rechteckige 32-cm-Grillpfanne von Le Creuset bei mittlerer Temperatur erhitzen.
- 8) Das Obst mit Honig und Olivenöl bestreichen.



KOCHEN IM ZEICHEN  
DES GUTEN GESCHMACKS

- 9) Das Obst mit der Schnittseite nach unten auf die Grillpfanne legen, sobald sie heiß ist.
- 10) Auf jeder Seite für 2 Minuten braten und anschließend aus der Pfanne nehmen.
- 11) Burrata mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 12) Mit dem gegrillten Steinobst (mit etwas Balsamico-Essig beträufelt) sowie mit Coppa-Schinken, Grissini und Brokkolisalat servieren.
- 13) Dazu passt frische Brunnenkresse oder Rucola.

Copyright Bild/Rezept © 2022 Le Creuset

[www.lecreuset.com](http://www.lecreuset.com)