

## Schaschlikspieße



## Zutaten

- 600 g Schweinefleisch, Nacken
- 1 Beutel MAGGI Fix für Paprika-Sahne Hähnchen
- 5 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 80 g rote Zwiebeln
- 200 g gelbe Paprikaschoten
- 60 g Schinkenspeck

## Zubereitung

1. Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.
2. Schweinefleisch waschen, trockentupfen und in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Holzspieße in etwas Wasser einweichen.
3. In einer Schüssel MAGGI Fix für Paprika-Sahne Hähnchen mit THOMY Reines Sonnenblumenöl gut verrühren. Die Fleischwürfel in einen Gefrierbeutel geben. 3 EL der Marinade dazugeben, den Beutel verschließen und die Marinade durch sanftes Kneten gut auf den Fleischwürfeln verteilen. Beiseite stellen.
4. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in große Würfel schneiden. Schinkenspeck (ca. 0,5 cm Dicke) in breite Streifen schneiden. Für die Schaschlikspieße nun die vorbereiteten Zutaten abwechselnd auf die Holzspieße stecken.
5. Eine große Auflaufform mit etwas THOMY Reines Sonnenblumenöl ausreiben und die Spieße hineinlegen. Mit der restlichen Marinade bestreichen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Min. garen. Dazu schmeckt ein bunter Salat.

## Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	5 g
Energie	322 kcal
Fett	24 g
Protein	21 g

⌚ 45 Minuten

⊕ 6 Stück