

Barbecue-Gemüse

Für zwei Personen

1 rote Paprika	1 rote Zwiebel	$\frac{1}{4}$ Ananas
100 g geräuch. Bauchspeck	2 EL Ketchup	1 Schuss Orangensaft
1 Schuss Cola	1 Schuss Sojasauce	Rapsöl
1 TL rosenscharfes Paprikapulver	Salz	Pfeffer

Paprika putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und achteln. Ananas schälen, den Strunk herausschneiden.

Speck in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Speckscheiben darin auf beiden Seiten 1 Minute braten.

Gemüse und Ananas dazugeben, 3 Minuten mitbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Ketchup dazugeben, mit Orangensaft, Cola und Sojasauce ablöschen und die Sauce auf die Hälfte einkochen.

Danny Pamp am 11. Oktober 2021