



## **SNELLE GROENTESPIES MET ROZEMARIJNOLIE**

Snel, simpel en erg lekker!

Neem per persoon 1 lange dunne metalen bbq-spies, borrelglas Rozemarijn olijfolie (Albert Hein) + 6 minitomaatjes, 4 champignons, 4 stukjes paprika, 3 partjes sinaasappel, 6 olijven, paar stukjes courgette,

Prik de hele boel om-en-om aan een metalen spies.

Vouw van een stuk aluminiumfolie even een lange “bak”. Leg daar de groentespies in en giet er de rozemarijnolijfolie overheen. Peper en zout erover...

Laat 10 minuten marineren, af en toe even omdraaien.

Op de BBQ is het in 5 minuten gaar, en sappig en lekker,

Wat je ook je ook kunt doen, is er een fruitspies van maken. Kies wel fruit wat warm mag worden. Zoals banaan, appel, aardbei. peer, ananas, mango, ( frambozen en bramen enz. zijn te “slap”).