





Karbonaad grillitud köögiviljadega

 
4 IN 30-45 MIN

4 suurt karbonaadi (paksus umbes 4–5 cm)

soola

valget pipart

1 fenkol

1 suvikõrvits

1 baklažaan

PESTO

1 kimp lehtpeterselli

75 g mandleid

75 g riivitud parmesani

u 3 dl oliiviõli

küüslauku

soola

valget pipart

1. Maitsestage karbonaad soola ja pipraga.

2. Puhastage köögiviljad ja poolitage need.

3. Valmistage pesto: loputage ja kuivatage petersell, rebige see peenemaks ja jahvatage mikseris koos mandlite, riivitud parmesani, õli, purustatud küüslauku, soola ja pipraga. Pestot saab valmistada ka uhmrís, siis tuleb see pisut jämedama struktuuriga.

4. Grillimiseks süüdake grill ja kasutage otsest kuuma. Kui kasutate grillil malmnõud, siis aetage see restile. Sulgege kaas ja laske nõul u 10 minutit kuumeneda.

5. Grillige köögivilju ilma rasvata, nii lähevad need krõbedaks ja saavad pinnale kaunid grillitriibud. Tükeldage aedviljad ja segage pesto hulka.

6. Määrige rest ja pange karbonaadid restile otsese kuumuse kätte. Grillige neid 4–5 minutit mõlemalt poolt. Tõstke seejärel grillilt löikelauale ja laske 4–5 minutit puhata.

7. Serveerige karbonaadi koos köögiviljadega.

Retsepti ja foto: ajakiri "Õuekoka suvi" / Weber