# Marinierte Tempeh-Gemüse-Spiessli

## ZUTATEN

6 Spiessli

Marinade:

- 5 EL Sojasauce
- 3 EL Ahornsirup
- 2 EL Olivenöl
- ½ TL Knoblauchpulver
- ½ TL Paprikapulver
- 1 Prise Cayennepfeffer

Spiessli:

- 200 g Tempeh (z. B. von Coop)
- 1 Zucchini
- 1 Peperoni
- 6 Champignons

Rezept und Foto: Ariane Lüthi

## ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten für die Marinade in einer Schale mischen.
2. Zucchini, Peperoni und Tempeh in mundgerechte Stücke schneiden. Pro Spiess 3 Stücke Tempeh, 3 Stücke Zucchini, 2 Stücke Peperoni und 1 Champignon berechnen.
3. Tempeh und Gemüse in die Marinade geben und gut mischen. 15–30 min stehen lassen.
4. Vor dem Aufspiessen Tempeh und Gemüse nochmals gut mit der Marinade mischen.
5. Nicht zu heiss grillieren, damit der Ahornsirup nicht verbrannt.

**Tipp:** Dazu passt z. B. Kopf- und Linsensalat.