

# Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.  
Gesundheitspädagogin (SKA)

<http://www.gesunde-rezepte.de>

## Zucchini-scheiben, gegrillt

4 mittelgr. Zucchini  
(grün oder gelb)  
(1 Scheibe = ca. 40 g)

längs in 8 Scheiben  
schneiden (nur die  
Mittelstücke nehmen)

1 El Rapsöl f. d.  
Grillpfanne

und in einer  
Grillpfanne von  
beiden Seiten grillen  
sodann erst würzen  
mit:

Kräutersalz

Gesamt: 150,8 kcal : 8 = 18,85 kcal

Paßt zu: mit Basilikumsauce und Naturreis