


# BBQ-Hackfleischspiesschen vom Grill mit Knoblauch und Basilikum



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 30 min

 Aktivzeit: 30 min

 Einfach



## Zutaten

für 4 Personen

- 600 g** Hackfleisch von Schweizer Rind
- 2** Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 TL** Pflanzenöl
- 4 EL** BBQ-Sauce
- 1 Bund** Basilikum
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 10** Salatblätter
- 40 g** geröstete Cashewkerne, grob gehackt

## Nährwerte

1 Portion (ohne Couscous) enthält ca.:

- 321** kcal
- 35 g** Eiweiss
- 7 g** Kohlenhydrate
- 17 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

### Lieber mit Lamm?

Mit Lammhack sind Hackfleischspiesschen ebenfalls ein Genuss.

## Zubereitung

- 1** Knoblauch schälen, in Öl goldgelb rösten. Mit dem Hackfleisch, der BBQ-Sauce, einem halben Bund fein geschnittenem Basilikum, Salz und Pfeffer kräftig vermengen.
- 2** Aus der Masse 8–10 kleine, dicke Würste formen und auf Holzspiesse stecken.
- 3** Auf dem heissen Grill unter Wenden in 8–10 Minuten grillieren. Die Spiesse auf Salatblätter verteilen, mit Cashewkernen bestreuen und mit restlichen Basilikumblättern servieren.



**Der feine Unterschied.**

Dazu passt Couscous.

**Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer  
Fleisch auf [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch).**

**Schweiz. Natürlich.**

