

## Gegrillte Ananas mit Pistazien und Joghurt

Zeit: ca. 5 - 8 min. Portionen: . Rezeptnr.: 0205

### Zutaten:

1 Ananas  
100 ml Rum  
Honig  
400 – 500 g griechischer  
Joghurt mit 10 % Fett  
25 g gehackte Pistazien



### Zubereitung:

Zuerst schneidet man von der Ananas das obere und das untere Ende, sowie die Schale ab. Entlang des harten Strunks in der Mitte kann man jetzt aus einer Ananas längs vier gleichgroße Streifen schneiden. Es bleiben einige Abschnitte übrig, die man noch anderweitig verwenden kann oder einfach gleich isst.

In den Rum rührt man zwei Esslöffel Honig und darin mariniert man die Ananas für mindestens eine Stunde. Nehmt bitte einen vernünftigen und geschmackvollen Rum, denn umso besser schmeckt es nachher. Ich habe die Ananas samt Marinade in einen Gefrierbeutel gegeben, diesen mit einem Clip verschlossen und die Ananas über Nacht im Kühlschrank aufbewahrt. Ich sag' mal so: je länger die Marinierzeit, je intensiver wird der Rumgeschmack an der Ananas. Und ich mag den intensiven Rumgeschmack nicht so, deshalb werde ich sie beim nächsten mal nicht solange einlegen.

**Tipp:** Falls Kinder mitessen sollten, kann man den Rum auch durch Zitronen- oder Limettensaft ersetzen.

Die Ananasstücke werden nach dem Marinieren auf Holzspieße gesteckt und dann bei mittlerer Hitze etwa 3-4 Minuten je Seite direkt gegrillt. Der Grill sollte nicht zu heiß sein, da die Ananas recht schnell verbrennt. 150 – 160 Grad sind vollkommen ausreichend.

In der Zwischenzeit kann man den Joghurt vorbereiten. Ich empfehle griechischen Joghurt mit 10% Fett, da er einfach geschmackvoller ist als ein normaler Joghurt mit 3,5% Fett. Pro Person benötigt man etwa 100-125 Gramm Joghurt, je nachdem wie groß das Glas ist, in dem man serviert. Pro Portion werden zwei Teelöffel Honig in den Joghurt gerührt. Auf 500 Gramm also 8 Teelöffel Honig. Dann wird der Joghurt in die Serviergläser gegeben. Ich habe dazu einfach Whiskygläser genommen. Auf dem Joghurt verteilt man jetzt noch ein paar gehackte

Pistazien und dann kann auch schon die gegrillte Ananas Platz nehmen.

Diese gegrillte Ananas mit Pistazien und Honig-Joghurt ist ein recht einfach zuzubereitendes Dessert, das aber umso besser schmeckt. Cremiger Joghurt mit süßem Honig, dazu die knackigen Pistazienkerne und als Krönung die gegrillte Ananas mit dem Honig-Rum-Aroma. Dieses Dessert sieht nicht nur gut aus, sondern schmeckt auch unglaublich gut.

---

## **Gegrillte Ananas mit Pistazien und Joghurt**

(©) Fotos – [www.ingokocht.de.vu](http://www.ingokocht.de.vu) | [Impressum](#) |