

## Κοντοσούβλι μετσοβίτικο

### Υλικά

- 1kg χοιρινός λαμός σε κύβους 4x4cm
- 80g Πέστο Λιαστής Τομάτας (Κωδ. 55654)
- 15g Καρύκευμα Ήπειρος (Κωδ. 42210)
- 20g Μαρινάτα BBQ Lovers (Κωδ. 50648)
- 4-5 πιπεριές κόκκινες και κίτρινες
- Αρνίσιας (ή χοιρινές) μπόλιες
- 40g ηλιέλαιο

### Εκτέλεση

1. Σε μπασίνα μαρινάρουμε το χοιρινό λαμό με το Πέστο Λιαστής Τομάτας και το Καρύκευμα Ήπειρος.
2. Κόβουμε σε κύβους τις πιπεριές στο ίδιο μέγεθος με το χοιρινό.
3. Ανοίγουμε στον πάγκο εργασίας τις μπόλιες και τις κόβουμε σε τετράγωνα σε μέγεθος ικανό να καλύψει κάθε κομμάτι χοιρινού. Τυλίγουμε όλα τα κομμάτια.
4. Περνάμε εναλλάξ ένα κομμάτι χοιρινό και μια πιπεριά από μεταλλικά ή ξύλινα σουβλάκια.
5. Αραιώνουμε τη Μαρινάτα BBQ Lovers με το ηλιέλαιο και περνάμε με πινέλο τα κοντοσούβλια. Τοποθετούμε σε δισκάκι.

### Οδηγίες ψησίματος

Ψήνουμε σε φούρνο 180°C για περίπου 30-40 λεπτά ή σε σχάρα σε χαμηλή φωτιά.