

Gefüllte Paprika vom Grill



Zutaten für 4 Portionen



○ 2 Paprika



○ 1 TL Rapsöl



○ ½ Bund Lauchzwiebeln



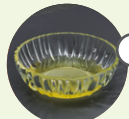
○ 100 g Schafskäse



○ 1 Tomate



○ ½ Bund frische Kräuter
nach Belieben



○ 1 EL Olivenöl



○ 1 EL frischer Zitronensaft



○ Jodsalz mit Fluorid
○ Pfeffer



Küchenwerkzeuge Zeit 40 min

- Küchenmesser
- Grill (ggf. mit Deckel)
- Schneidebretter

* Variation

Dazu schmeckt
Vollkornbaguette.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Gefüllte Paprika vom Grill



Zubereitung für 4 Portionen

- 1** Paprika waschen, halbieren und nur die Kerne entfernen. Die Außenseiten mit dem Rapsöl bestreichen.
- 2** Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Tomate waschen, halbieren, vierteln, Stielansatz und Kerne entfernen, würfeln. Kräuter waschen, trockenschütteln und fein hacken.
- 3** Oliven vierteln, Schafskäse zerbröseln und mit den Lauchzwiebeln, Tomate und Kräutern vermengen. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4** Die Füllung in die Paprikahälften geben und diese auf das Grillrost legen. Für 15 bis 20 Minuten bei indirekter Hitze grillen, möglichst bei geschlossenem Deckel.



Tipps+Tricks

- Wer die Paprika besonders weich mag, kann sie vor dem Befüllen kurz angrillen.

Eigene Notizen

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch: