

Gefüllte Krabben-Conchiglioni auf gegrillter Paprika

Für zwei Personen

Für die Krabben-Conchiglioni:

6 große Muschelnudeln	200 g gekochte Nordseekrabben	100 g Frischkäse
1 reife Avocado	1 Limette	1 Knoblauchzehe
1 Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer, grob	

Für die gegrillte Paprika:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Zitrone
6 EL Olivenöl	100 g Keimlinge	Salz, Pfeffer

Die Conchiglioni in heißem gesalzenem Wasser 15 Minuten oder nach Packungsanweisung kochen. Die Paprika waschen und das Kerngehäuse entfernen. Eine Grillpfanne erhitzen und drei Esslöffel Olivenöl hineingeben. Bei starker Hitze die Paprika von allen Seiten anbraten, dabei dürfen sich ruhig schwarze, verkohlte Stellen bilden. Den Knoblauch abziehen und sehr fein hacken. Den Schnittlauch waschen und ebenfalls fein hacken. Die Limette pressen. Dann die Avocado halbieren und aus einer Hälfte das Fruchtfleisch herauschaben. Die Krabben etwas zerkleinern und den Frischkäse mit der Avocado, den Krabben, dem Knoblauch, dem Schnittlauch und etwas Limettensaft vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Masse in die Conchiglioni füllen. Die Haut der gegrillten Paprika abziehen und die Paprika danach in Streifen schneiden. Die Zitrone auspressen. Nun die Paprika mit Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren und auf zwei Teller geben. Die gefüllten Conchiglioni darauf anrichten und mit den Keimlingen garnieren.

Hendrik Teutenberg am 20. November 2014