

Gefüllte Paprika

Für 2 Personen:

2-4 Paprika	500 g Rinderhackfleisch	1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe	500 g Tomatenfruchtfleisch	1 Zweig Thymian
1 Pack. Fetakäse	1 TL Kreuzkümmel	1 TL Paprikapulver
1 Spur Olivenöl	1 Peperoni	0,5 Bund Blattpetersilie
1 Msp. Salz	1 Msp. Pfeffer	

Zunächst die Zwiebel in feine Scheiben schneiden Die Zwiebel in Olivenöl anschwitzen und Thymian dazugeben.

Knoblauch andrücken und schneiden, eine rote Peperoni fein schneiden und beides mit in die Pfanne geben.

Mit 1 TL Kreuzkümmel und 1 TL Paprika würzen und dann alles zum Hackfleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und noch einen kleinen Schuss Tomatenfruchtfleisch dazu geben.

Alles vermengen und den Fetakäse reinbröckeln.

Die Paprika aushöhlen und mit dem Hack befüllen. Dann den Deckel wieder draufsetzen.

Das restliche Tomatenfleisch in eine Auflaufform geben und die Paprika reinstellen. Alles im Ofen bei 200° Umluft ca. 35 Minuten garen lassen.

Die Form aus dem Ofen nehmen, die Paprika rausnehmen und den Sud in der Form noch etwas salzen und pfeffern. Frisch gehackte Petersilie dazugeben und die Paprika wieder reinstellen.

Steffen Henssler am 14. November 2020