



Gefüllte geröstete Paprika

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Spitzpaprika	8 St.
Pinienkerne	50 g
Rosmarin, frisch	10 g
Orangen	1 St.
Ziegenfrischkäse	200 g
Crème fraîche	200 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Ciabatta-Brot	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Backblech mit Backpapier, feine Reibe

1. Ofen auf 240 °C (Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze) vorheizen. Paprika waschen, längs halbieren, Stiel und Kerngehäuse entfernen und mit der Hautseite nach oben auf ein mit Alufolie belegtes Blech legen. Unter dem vorgeheizten Grill im Backofen ca. 10 Min. garen, bis die Haut schwarze Blasen schlägt. Herausnehmen, Paprikahälften mit einem feuchten Küchentuch abdecken und 10 Min. ruhen lassen.

2. Inzwischen in einer Pfanne auf mittlerer Stufe Pinienkerne ohne Fett ca. 1–2 Min. anrösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Rosmarin waschen, trocken schütteln, Nadeln abzupfen und fein hacken. Orange heiß abwaschen und ca. 1 TL Schale fein abreiben.

3. Pinienkerne hacken. In einer Schüssel mit Rosmarin, Orangenschale, Ziegenfrischkäse und Crème fraîche vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Paprikahälften häuten, quer halbieren und flach ausbreiten. Frischkäsecreme auf die Paprikastreifen streichen und locker aufrollen. Mit Ciabatta-Brot und abgezupften Rosmarinnadeln garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	549 kcal
Kohlenhydrate	46 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	35 g