



# Paprikaterrine

 Dauer  
270 min.

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Paprikaschoten im Glas	400 g
Parmaschinken	4 Scheiben
Pinienkerne	30 g
Feta	200 g
Frischkäse, natur	200 g
Oregano, getrocknet	1 TL
Pfeffer, schwarz	
Oliven, grün	50 g

## Zubereitung

Paprikaschoten zum Abtropfen in ein Sieb geben. Eine Kastenform (ca. 20 cm lang) mit Frischhaltefolie auskleiden. Paprikaschoten vorsichtig etwas trocken tupfen. Schoten längs aufschneiden und die Form damit auskleiden, dabei am Rand möglichst hoch überlappen lassen. Paprikaboden mit Schinkenscheiben belegen.

Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Pinienkerne ohne Fett ca. 2 Min. goldbraun anrösten, abkühlen lassen. Feta fein zerbröckeln. In einer Schüssel Feta mit Frischkäse verkneten und mit Oregano und Pfeffer würzen. Pinienkerne unterheben. Käsemasse auf dem Schinken verteilen. Oliven abtropfen lassen und hineindrücken.

Den überstehenden Paprikarand über die Masse klappen. Terrine mit Folie abdecken, leicht beschweren und mindestens 4 Stunden oder über Nacht kühl stellen. Zum Servieren aus der Form stürzen, Folie abziehen, Paprikaterrine in Scheiben schneiden.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt grüner Salat.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	312 kcal		
Kohlenhydrate	13 g	Ballaststoff	2 g
Eiweiß	15 g	Fette	23 g