



Paprikaterrine

Zeit gesamt
4h 30minZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
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 gemahlen	
Oliven, grün	50 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Kastenform 28 cm, Sieb

1. 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.
2. 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.
3. 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 [Indischer Tomaten-Gurken-Salat](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	313 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Eiweiß	15 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	23 g