

## Rezepte>Vorspeisen>Rezept: Rote Paprikaschoten mit Thunfisch - Füllung Rote Paprikaschoten mit Thunfisch – Füllung

Für 4 Portionen als Vorspeise:

Große rote ( längliche ) Paprikaschoten oder noch besser mittelgroße rote spitz zulaufende Paprikaschoten aus Spanien (Kanarische Inseln ).

Rechnen Sie pro Person eine 1/2 große oder eine mittelgroße Schote.

Für die Füllung:

70 g Thunfisch in der Dose

( evtl. 2 Sardellenfilets ),

3 EL gehackte Blattpetersilie,

2 Stängel Estragon,

2 kleine Essiggurken

oder 4 Cornichons

1 TL kleine Kapern (Nonpareilles)

2 EL Mayonnaise

( mehr ist Geschmackssache )

oder Crème fraîche



### Zubereitung :

Die ganzen ! Paprikaschoten waschen, trocknen und unter dem Grill von allen Seiten rösten, bis die Haut bräunlich schwarz wird und Blasen wirft und die Paprika schlaff werden. Die Paprika mit einem feuchten Tuch bedeckt auskühlen lassen bis man sie gerade schon anfassen kann. Dann sofort die Haut abziehen. Den Stielansatz entfernen. Die Kerne und die hellen Häutchen entfernen.

### Die großen Paprikaschoten

werden oben und unten gerade abgeschnitten und in zwei Rechtecke geteilt.

### Die mittelgroßen spitzen Paprikaschoten

bleiben am Stück. (wie eine Tüte ).

Den Thunfisch abtropfen lassen, zerzupfen und in eine Schüssel geben. Petersilie und Estragon waschen, gut trocken schütteln und fein hacken. Die Gurken in kleine Würfel (Kantenlänge 3 mm) schneiden, die Kapern ebenfalls klein hacken. Mit der Mayonnaise oder Crème fraîche unter den Thunfisch mengen.

### Bei den großen Paprikaschoten

wird die Mischung auf die Paprika - Rechtecke verteilt und diese dann vorsichtig zusammengerollt.

### Bei den mittelgroßen spitzen Paprikaschoten

wird die Füllung in die Paprika gefüllt.

Tip :

Die spitzen roten Paprikaschoten schmecken viel aromatischer. Diese gibt es - gegrillt und enthäutet mittlerweile im Glas zu kaufen.

**WWW.KOCHBAEREN.DE**

**Rezepte>Vorspeisen>Rezept: Rote Paprikaschoten mit Thunfisch - Füllung**