

Gefüllte Spitzpaprika überbacken

Zutaten für 4 Portionen:

4 gelbe Spitzpaprika,
300 g gemischtes Hackfleisch,
100 g geschälte Tomaten aus der Dose,
80 g Maiskörner aus der Dose,
1 Zwiebel,
3 Knoblauchzehen,
2 EL Olivenöl,
1 EL Tomatenmark,
1 TL Paprikapulver (edelsüß),
1 MSP Chilipulver,
Salz,
Pfeffer,
150 g geriebenen Käse zum Überbacken,
je 2 Zweige Rosmarin und Thymian.



Zubereitung :

Für die gefüllten Spitzpaprika die Zwiebel schälen, eine Knoblauchzehe abziehen, beides fein hacken. In heißem Olivenöl andünsten, Hackfleisch mitbraten. Geschälte Tomaten klein würfeln, Tomatenmark und Tomaten zum Hackfleisch geben und unterrühren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Paprika und Chili würzen. Etwas abkühlen lassen.

Den Elektro-Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Paprikaschoten abbrausen und der Länge nach halbieren. Kerne und Kerngehäuse entfernen, dabei den Stielansatz nicht entfernen.

Den Mais in einem Sieb abtropfen lassen. Unter die ausgekühlte Hackmasse den Mais und den Käse mischen. Die Masse in die Paprikahälften füllen und diese in eine Feuerfeste Form setzen. Kräuter abbrausen, trocken schütteln, Die restlichen zwei Knoblauchzehen mit der flachen Seite eines großen Küchenmessers andrücken. Kräuter und Knoblauch zum Paprika in die Form geben. Bei 200 °C Umluft 30 Min. backen.

Die überbackenen gefüllten Spitzpaprika mit Stangenweißbrot lauwarm servieren.