

Gefüllte Paprika, Steinpilz-Risotto, Tomaten-Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Paprika:

150 g Kalbshack	2 gelbe Paprika	1 rote Chilischote
3 Fleischtomaten	1 Ei	150 g Fetakäse
300 ml Gemüsefond	1 Zwiebel	1 Bund Schnittlauch
200 ml Tomatenketchup	3 EL Tomatenmark	50 ml Olivenöl
Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Risotto:

200 g Risotto-Reis	500 ml Hühnerfond	20 g Parmesan
100 g getrocknete Steinpilze	Salz	

Für den Salat:

1 Salatgurke	1 Rispentomate	150 g Joghurt
100 g saure Sahne	1 Bund Dill	Salz, Pfeffer

Für das Risotto Reis und Pilze im Hühnerfond 20 Minuten köcheln lassen. Mit Salz abschmecken. Vor dem Servieren Parmesan unterheben.

Für die gefüllte Paprika Zwiebel abziehen und fein hacken. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Hackfleisch mit Zwiebel, Ei, geschnittenem Schnittlauch und Fetakäse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Paprikaschoten halbieren, entkernen und mit der Hackfleisch-Mischung füllen. Fleischtomaten klein schneiden. In einem Topf Öl erhitzen und Tomaten, Gemüsefond, Tomatenmark und Ketchup hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Paprikaschoten mit der Hackfüllung in diesem Topf 20 Minuten schmoren lassen.

Für den Salat Gurke halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Tomate in Stücke schneiden. Joghurt und saure Sahne mit Dill, Salz und Pfeffer abschmecken. Gurken und Tomaten unterheben.

Risotto, gefüllte Paprika und Gurkensalat auf Teller geben und servieren.

Martina Koch am 15. Februar 2016