

Gefüllte Feta-Paprika mit buntem Salat

Für 4 Personen:

4 mittlere Paprika	200 g Feta-Käse	1 Hand frische Kräuter
1 Knoblauchzehe, gehackt	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
1 kleiner Kopf Salat	1/2 Gurke, Scheiben	1 Karotte, raspelt
1 Hand Kirschtomaten	1/2 rote Zwiebel, Ringe	2 EL Olivenöl
1 EL Zitronensaft	Salz, Pfeffer	

Die Paprika längs aufschneiden, Kerne und Strunk entfernen.

Den Backofen auf 200°C (Ober-/Unterhitze) oder 180°C (Umluft) vorheizen.

Den zerbröselten Feta mit gehackten Kräutern, Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen.

Die Paprikahälften großzügig mit der Feta-Mischung füllen.

Die gefüllten Paprika auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

Die Paprika 20 Minuten backen, bis sie weich und leicht gebräunt sind.

Den Salat gründlich trocknen und in mundgerechte Stücke zerteilen.

Gurkenscheiben, raspelte Karotten, halbierten Kirschtomaten und Zwiebelringe mischen.

Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer vermengen und über den Salat gießen.

Die gefüllten Paprika auf Tellern anrichten und mit einer großzügigen Portion Salat servieren.

NN am 24. März 2025