



Peperoni Ripieni

Zutaten für 4 Personen

- 6 Paprikaschoten in drei Farben
- ½ Tasse Langkornreis
- ½ Bund Petersilie
- 1 TL ORO d'Italia Pesto Verde
- 1 EL Pinienkerne
- 2 EL Minze
- 1 Dose ORO d'Italia Kirschtomaten
- 1 Schalotte
- 4 EL ORO di Parma Tomatenmark 3-fach konzentriert
- 1,5 l Wasser
- 1 TL Basilikum
- 4 Knoblauchzehen
- 1 kleine Zucchini
- Salz, Pfeffer aus der Mühle und Paprikaflocken



Verwendete Produkte



Schritt 1: Die Vorbereitung

Waschen Sie Gemüse und Petersilie. Trocknen Sie die Petersilie vorsichtig mit einem Küchentuch. Entfernen Sie mit einem scharfen Messer die Stielansätze der Paprika und die Kerne im Inneren der Paprika. Den oberen ringförmigen Teil als Deckel abtrennen. Schälen Sie die Schalotte und würfeln Sie sie fein. Entfernen Sie beide Enden der Zucchini würfeln Sie sie. Die Petersilie fein hacken.

Schritt 2: Der Reis

Kochen Sie den Langkorn-Reis wie gewohnt in einem Topf.

Schritt 3: Die Paprika-Füllung mit Pinienkernen

Vermengen Sie den gekochten Reis mit den Kirschtomaten, dem Pesto Verde, Zucchiniwürfeln, Schalotten Würfeln und den Pinienkernen.

Würzen Sie nun mit Salz, Pfeffer und Paprikaflocken nach Geschmack. Geben Sie die gehackte Petersilie und gehackte Minze dazu. Vermengen Sie die Reisfüllung gut und füllen Sie die Paprikaschoten damit. Setzen Sie anschließend den Deckel (Stielansatz) wieder auf die Paprika.