

Orientalisch gefüllte Paprikaschoten

40 Minuten

Zutaten

2 große rote Paprikaschoten, 2 große gelbe Paprikaschoten, etwas Öl zum Fetten, 50g Pinienkerne, 2 Primello Minirollen Paprika-Chili, 5 Stiele frischen Koriander gehackt, etwas Salz zum Kochen, 200g Couscous, 3 EL Olivenöl, etwas Kreuzkümmel (Kumin)



So wird's gemacht

Paprika waschen und längs halbieren. Kerne entfernen und trocknen. Die Paprikahälften nebeneinander in eine flache, gefettete Auflaufform legen. Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten, grob hacken. Koriander waschen, trocknen und in grobe Streifen schneiden. 200ml Salzwasser kochen, vom Herd nehmen, Couscous zugeben und verrühren. 5 Minuten im geschlossenen Topf quellen lassen, dann Olivenöl, Kreuzkümmel, Koriander, Pinienkerne und Primello Minirollenwürfel unterrühren. Primello Minirolle Paprika-Chili in kleine Würfel schneiden, mit Koriander, Couscous und Pinienkerne mischen und die Paprikahälften damit füllen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober/Unterhitze, Umluft 180 Grad, ca. 20 Minuten backen. Tipp: Mit Tomatensalat servieren

Zubereitung

