



Gefüllte Paprika mit Fetakäse

dazu Portobellos und BBQ-Kartoffeln



20-30min



4 Portionen

Bei so viel köstlicher Grill-Vielfalt weiß man gar nicht, wo man anfangen soll: mit einem saftigen Riesenchampignon, gefüllt mit cremigem Camembert und Thymian? Rauchiger roter Paprika mit einem raffinierten Dressing mit Himbeeressig und Estragon? Oder doch lieber mit den würzig-süßen BBQ-Karotten mit Pekannüssen? Ach, eigentlich ist die Reihenfolge doch egal - probiert werden muss sowieso ALLES!

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 25g Pekannüsse ¹⁵
- 10g frischer Thymian
- 2 Packungen Fetakäse
- 10g frischer Estragon
- 1 Packung Karotten
- 1 Packung gelbe Karotten
- 1 Packung Portobello Pilze
- 1 Camembert ⁷
- 1 Päckchen Honig
- 25ml Himbeeressig ¹²
- 1 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 2 rote Paprika
- 2 gelbe Paprika
- 1 Päckchen BBQ-Sauce ^{9,10}

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Grillpfanne oder Grill
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Milch (7), Sellerie (9), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 605kcal, Fett 36.6g, Kohlenhydrate 37.9g, Eiweiß 23.9g



1. Nüsse rösten

Den Grill vorheizen. Die **Pekannüsse** in einer mittelgroßen Pfanne auf mittlerer Hitze ca. 2-3Min. anrösten. **Vorsicht!** Sie werden schnell zu dunkel. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen, sie dunkeln sonst noch nach, und beiseitestellen. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken.



2. Karotten grillen

In einen mittelgroßen Topf ca. 3cm hoch Wasser gießen und aufkochen. Die **Karotten** schälen, längs halbieren und ca. 5Min. im Wasser kochen. In ein Sieb abgießen. Die **BBQ-Sauce nach Geschmack** mit **Honig**, Salz und Pfeffer verrühren und mit den abgetropften **Karotten** vermengen. Die **Karotten** ca. 3-5Min. goldbraun grillen. Auf einem Teller beiseitestellen.



3. Paprika vorbereiten

Die **Paprika** längs halbieren und entkernen. Die **Estragonblätter** abzupfen und fein hacken. Den **Feta** mit den Händen zerkrümeln und mit der **Hälfte des Knoblauchs** und **3/4 des Estragons** mischen. Die **Paprika** mit der **Feta-Estragon-Mischung** füllen.



4. Pilze vorbereiten

Die **Pilzstiele** vorsichtig entfernen, sodass kleine Schalen entstehen. Die **Thymianblättchen** abstreifen. Den **Camembert** in kleine Würfel schneiden, mit dem **übrigen Knoblauch** mischen und die **Pilze** damit füllen. Den **Thymian** auf dem **Käse** verteilen.



5. Paprika grillen

Die **gefüllten Paprika** auf der Hautseite grillen, bis Röstspuren zu sehen sind und die **Schoten** weich werden. Währenddessen den **Senf** mit **Himbeeressig**, 1/2TL Salz und etwas Pfeffer zu einem **Dressing** rühren, bis sich das Salz aufgelöst hat, dann 3EL Olivenöl unterrühren.



6. Pilze grillen

Die **gefüllten Pilze** mit der Füllung nach oben auf den Grill legen und ca. 5-6Min. grillen. Die fertig gegrillte **Paprika** mit **restlichem Estragon** bestreuen und **nach Geschmack** mit **Dressing** beträufeln. Die **Karotten** separat anrichten und mit den **gerösteten Pekannüssen** bestreut servieren.