Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Gefüllte Paprikaschoten mit Geflügel und Albzarella

Ein Hingucker

Gelbe und rote Paprika sehen nicht nur herrlich aus, sie lassen sich zudem auch hervorragend füllen. Ich habe das bewölkte Wetter zum "Bummeln" auf dem Markt genutzt und dabei rot-gelb-getigerte Paprikaschoten entdeckt. Da konnte ich nicht widerstehen.

Die Besonderheit in der sommerlich, leichten Füllung ist das frisch durchgedrehte Hackfleisch aus Hähnchenschenkeln. Die Hähnchenschenkel habe ich zuvor in Zitronenöl und Knoblauch mariniert.

Dazu gesellt sich heimischer Albzarellakäse. Ersatzweise geht auch Kuhmilchweichkäse. Mit frischen Kräutern

abgeschmeckt, wird daraus ein feines Gericht. Mit oder ohne Sommersonne. Hier die Rezeptur für unsere "Gefüllten Paprikaschoten":

Zutaten

für 6 Paprikaschoten

- 400 g Hackfleisch (ich habe das Geflügelhackfleisch selbst durch den Fleischwolf gedreht. Hackfleisch vom Metzger geht natürlich auch)
- 25 g Tomatenmark
- 100 g Zwiebeln, geschält
- 2 Knoblauchzehen, geschält
- 6 Paprikaschoten rot oder gelb
- 100 g Albzarella (oder „Monte Ziego“-Frischkäse oder Kuhmilchweichkäse)
- 50 g Allgäuer Bergkäse, gerieben
- 2 EL Semmelbrösel
- 2-3 EL fein geschnittene Kräuter (Petersilie, Majoran, Oregano, Schnittlauch)
- 1 Ei (Größe M)
- 500 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Sahne
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- 2 EL Bratöl

Zubereitung

Die Paprikaschoten waschen und den oberen Deckel abschneiden, dann von oben entkernen. Den Deckel beiseite legen. Paprikaschoten innen salzen und pfeffern.
Die Zwiebeln und den Knoblauch in feine Würfel schneiden. Das Hackfleisch in eine Pfanne mit 2 EL Bratöl geben und zusammen mit den Zwiebel- und Knoblauchwürfeln anbraten, salzen und pfeffern. Klein geschnittene Kräuter hinzufügen. Hackfleisch in eine Schüssel umfüllen und 10 Minuten abkühlen lassen. 25 g Tomatenmark, 1 Ei, 2 EL Semmelbrösel zugeben und verrühren. Dann den zerbröselten Albzarella hinzufügen und unterrühren.

Die Masse in die Paprikaschoten verteilen und gut andrücken. Mit geriebenem Allgäuer Bergkäse bestreuen. In eine ofenfeste Form geben und den Deckel der Paprika auflegen. Dann mit 500 ml kochender Gemüsebrühe angießen. Bei 180°C (Umluft) 30-40 Minuten im Ofen backen.

Paprika aus den Ofen nehmen, eventuell halbieren und auf Teller anrichten. Den Bratensaft in einen Mixer geben oder in ein hohes Gefäß füllen. Mit 100 ml Sahne, 20 g Butter und 1 TL Paprikapulver pürieren. Die Soße über die gefüllten Paprika verteilen.

Tipp: Dazu schmecken Nudeln, Reis oder Brot und ein knackiger Salat.