# Schlemmereien aus dem Ofen: Gefüllte Paprika mit Grünkern

[caption id="attachment_7983" align="aligncenter" width="584" caption="Hier verschmelzen die Aromen zu einem perfekten Gericht"] [/caption]

**Gefüllte Paprikaschoten im Ofen gegart**
(Rezept von Christina Richon)

**Zutaten:**

- 8 kleine Paprikaschoten (ca. 600 g)
- ½ l heisse Gemüsebrühe
- 3 EL Tomatenmark
- 1 TL mildes Paprikapulver
- ½ TL scharfes Paprikapulver

**Füllung:**

- 200 g Grünkern
- 50 g getrocknete Weinbeeren
- 50 ml Sonnenblumenöl
- knapp 2 TL Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 50 g geröstete Walnüsse
- 2 TL fein geschnittene Minze
- 2 TL fein geschnittene Petersilie

- 2 TL fein geschnittene Korianderblättchen
- 1 fein gehackte Chilischote
- Garnitur: frische Pefferminze, Chiliflocken, fein gehackter Dill und Sahnejoghurt

**Zubereitung:**

1. Gemüsebrühe mit Tomatenmark und Paprikapulver verrühren und in einen gusseisernen Topf geben. Paprikaschoten waschen, Deckel abschneiden, weisse Rippen und Kerne entfernen. Die Schoten aufrecht in den Topf stellen.
2. Zutaten für die Füllung mischen, in die Schoten geben, Paprikadeckel und Topfdeckel drauf setzen.
3. Backofen auf 160° Heissluft einstellen. 1 Std. in Ofenmitte garen. Ausschalten und 1 Std. im Backofen nachziehen lassen.
4. Mit frischen Kräutern und Sahnejoghurt nach Belieben servieren.