



Paprika gefüllt mit Hähnchen und Mozzarella

Was brauchst du?

Kaufe auf dem Markt vier rote Paprikaschoten, etwa 300 g Möhren, zwei Zwiebeln und ein Bund Blatt Petersilie. Die drei halben Hähnchenbrustfilets bekommst du bei uns. Zusätzlich brauchst du noch ein wenig Olivenöl, Tomatenmark, 125 g Mozzarella, 100 ml Wasser oder Weißwein und Salz und Pfeffer.

Wie geht's?

Zuerst die Paprika waschen und dann den Deckel abschneiden und die Schote von den Kernen und Zwischenrippen entfernen. Die Hähnchenbrustfilets in kleine Würfel schneiden. Ebenso verfährt du mit den geputzten Möhren und Zwiebeln: alles in kleine Würfel!

Eine Pfanne auf dem Herd mit dem Olivenöl erhitzen. Die Hähnchenwürfel darin so rund fünf Minuten anbraten. Dann die Zwiebelwürfel hinzufügen und noch drei Minuten mitgaren. Die Möhrenwürfel und das Tomatenmark hinzufügen und mit 100 ml Wasser oder Weißwein ablöschen und dann aufkochen. Zum Schluss den Mozzarella abtropfen lassen und ebenfalls würfeln und zusammen mit der kleingehackten Blatt Petersilie mit in die Pfanne geben und alles noch zwei, drei Minütchen köcheln lassen.

Die Paprikaschoten mit der Masse füllen und in einer feuerfesten Form im vorgeheizten Ofen bei ca. 200 °C ca. 20 bis 25 Minuten überbacken.

Dazu passen hervorragend Salzkartoffeln oder Pasta mit einer leichten Tomatensauce.

Guten Appetit!

Deine Blatzheims – bleib gesund
mit frischen regionalen Produkten
und Einkaufen an der frischen Luft auf
dem Wochenmarkt!

Rezept 17/15.04.2020

SPEZIALITÄTEN-METZGEREI



Blatzheim

WILD UND GEFLÜGEL