AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	45 Min.	ganzjährig	international

PEPERONI MIT REIS GEFÜLLT



Rezept: Dieter Kuhn, Wohlen - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Zucchetti, Auberginen und Peperoni werden vielfältig gefüllt, häufig mit Hackfleisch. Hier eine vegetarische und vegane Variante mit Reis.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

8	Peperoni, mittelgross	1 EL	Öl
200 g	Reis		Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Reis knapp gar kochen.
2. Backofen auf 180° C vorheizen. Peperoni waschen, Deckel wegschneiden, Kerne und weisse Teile entfernen. Das Innere etwas salzen und pfeffern und mit einem Pinsel einölen. Mit Reis füllen. in der Mitte des Ofens 35 Min. backen.
3. Mit einigen gerösteten Nüssen bestreuen und servieren.

TIPP: Die Deckel der Peperoni in feine Streifen schneiden und mit dem Reis mitkochen. Nüsse durch fein gehackte Petersilie ersetzten.