

**Kochen**

**Caroline Autenrieth**

**Dienstag, den 14.06.2022**

**Gefüllte Paprikaschoten mit Kartoffeln und Zwiebeln**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für die gefüllten Paprikaschoten**

6 Spitzpaprika, rot, groß  
800 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)  
2 Zwiebeln, rot  
150 g Crème fraîche  
1 Ei (Größe M)  
4 Knoblauchzehen  
Salz  
Olivenöl

**Für den Joghurt-Dip**

1 Bund Schnittlauch  
200 g Joghurt, griechische Art, 10 % Fett  
etwas Mineralwasser (nach Belieben)  
etwas Salz  
etwas Pfeffer



**Zubereitung**

1. **Paprikaschoten** längs einschneiden aber nicht durchschneiden. Paprika entkernen, abbrausen und trockentupfen. Kartoffeln schälen, abbrausen und grob reiben. Zwiebeln abziehen und ebenfalls grob reiben.
2. Kartoffeln, Zwiebeln, Crème fraîche und Ei mischen. Mit Salz würzen.
3. Eine große ofenfeste Form fetten. Paprika mit der Kartoffelmasse füllen.
4. Backofen auf 170 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Paprika mit der Naht nach unten in die Form setzen. Knoblauchzehen mit Schale andrücken und ebenfalls in die Form geben. Restliche Füllung um die Paprika herum verteilen.
5. Paprikaschoten abdecken (z. B. Backpapier). Auf der mittleren Schiene ca. 40 Minuten backen.
6. Nach 30 Minuten den Deckel oder Backpapier entfernen und weitere ca. 20-30 Minuten goldbraun backen.
7. **Inzwischen für den Joghurt-Dip** Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden.
8. Joghurt, (evtl. mit etwas Mineralwasser cremig rühren.) Schnittlauch untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und bis zum Servieren abdecken und kaltstellen.

**Tipp:** Dazu passt auch eine schnelle Tomatensoße: 1 Pck. passierte Tomaten mit Salz, Pfeffer, 0,5 TL getrocknetem Thymian würzen. Kurz mixen. Kirschtomaten vierteln und unter die Soße rühren. Hält sich im Kühlschrank ca. 1 Woche. Auch wunderbar zu Nudeln oder Aufläufen.