

**- Rezept der Woche -**  
**Gefüllte Spitzpaprika**

Zutaten für zwei Personen

- 2 Spitzpaprika
- Couscous (Füllmenge bitte an Größe der Paprika anpassen)
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL gehackte Petersilie
- 8 EL zerbröselten Fetakäse
- 4 getrocknete Tomaten
- Paprikapulver, geräuchert schmeckt es noch einen Tick rustikaler
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitung

- Das Couscous in einer kleinen Schüssel mit einer (großen oder kleinen, je nach Wunsch) Prise Gemüse- oder Hühnerbrühe vermischen. Mit kochendem Wasser übergießen, einmal umrühren und quellen lassen. Beim Übergießen darauf achten, nicht zu viel Wasser zu nehmen (es reicht, wenn das Couscous gut bedeckt ist), sonst wird das Couscous zu matschig
- Spitzpaprika waschen und oben abschneiden. Vorsichtig mit einem spitzen, längeren Messer so um den Strunk herumschneiden, dass man ihn leicht herausziehen kann. Restliche Teile des Strunks und Kerne entfernen, dabei darauf achten, dass die Paprika insgesamt ganz bleibt
- Die getrockneten Tomaten zu einer Paste zerhacken/zerdrücken. Sobald das Couscous gar ist, mit dem zerkleinerten Knoblauch, der gehackten Petersilie und den Fetabröseln vermischen. Mit Olivenöl, Paprikapulver, Pfeffer und Salz abschmecken
- Nun eine feuerfeste Form mit Olivenöl einfetten. Die Couscousmasse mit einem kleinen Löffel in die Spitzpaprika geben, dabei immer vorsichtig nachdrücken, damit die Masse bis ans Ende der Paprika gelangt. Wenn die Paprika voll ist, sie in die Form legen, und das Ganze 10-15 Minuten im Ofen backen. Grillen geht natürlich auch (dann aber am besten in einer Grillschale)

**Guten Appetit!**