



# Gefüllte Paprika mit Hackfleisch

by Joscha Bastians



Die perfekte Beilage vom Grill - Gefüllte Paprika! Sowohl als vegetarische Variante, sowie auch mit Fleischfüllung ein Traum!

## So wird's Perfekt!

### Zubereitung:

1. Brenner unter der Plancha voll aufdrehen zum Vorheizen
2. Hackfleisch anbraten
  - etwas Öl auf die Plancha geben
  - nach Belieben ganz Durchbraten oder nur kurz Röstaromen sammeln
3. Gemüse schneiden
  - Tomaten, Schalotten und Feta klein würfeln
  - alles in eine Schüssel geben und vermengen
  - Petersilie und Schnittlauch feinhacken und hinzugeben
  - Zum Schluss Salz & Pfeffer nach Geschmack hinzugeben und abschmecken (nach Belieben auch noch andere Gewürze, wie z.B. Chili nutzen)
4. Paprika quer, durch den Struck, aufschneiden und das Kerngehäuse vorsichtig entfernen
5. Paprika salzen, danach 1 1/2EL der vorbereiteten Füllung hineingeben und den Rest mit Hackfleisch befüllen. Anschließend mit Salz & Pfeffer würzen und zum Schluss geriebenen Käse darüber streuen
6. Einstellungen Grill
  - Die Brenner unter der Plancha auf kleinste Stufe regulieren
  - Die äußeren Brenner so aufdrehen, dass die Deckeltemperatur nach ca. 15min ca. 200°C erreicht
7. Paprika oben auf das Ablagerost legen und ca. 25-30min bei geschlossenem Deckel garziehen lassen
8. ALTERNATIV: Im Backofen 25-30min bei 180-200°C Heißluft garen

### Zubehör:

Unsere Empfehlungen findet ihr auf: [www.meat-n-great.de](http://www.meat-n-great.de)

- Plancha oder Gusseisenpfanne
- Schneidebrett
- Schüssel
- Messer
- Gewürzmühlen
- Planchazubehör oder Pfannenwender

### Zutaten: 1 Person

Unsere Lieblingsaucen und Gewürze findet ihr auf: [www.meat-n-great.shop](http://www.meat-n-great.shop)

Menge	Lebensmittel
1	Paprika
60g	Hackfleisch
40g	Tomate (Kirschtomate)
40g	Feta
1 EL	Schnittlauch
1 EL	Petersilie
½	Frühlingszwiebel
½	Schalotte
20g	Geriebener Gouda
etwas	Salz & Pfeffer

### Tipps:

Das Rezept als Videoanleitung findest du auf Youtube:

**Meat `n` Great**

- Paprika mit 4 Lamellen einkaufen, damit sie nicht umkippen kann
- wenn das Hackfleisch nur kurz angebraten wird ist es später saftiger

