

Gefüllte Aubergine und Paprika mit Reis

Zutaten für 8-10 Personen :

4 kleine Auberginen

6 rote Paprika

Salz

2 rote Paprikaschoten

2 Zwiebeln

4 Knoblauchzehen

ca. 8 EL Olivenöl

500gr Risotto-Reis

Pfeffer

1 Prise Zucker

Edelsüß Paprika

3 EL Tomatemark

300 ml Wasser oder Gemüsebrühe

etwas Thymian

400 Fetakäse

400 gr. Schmand

Zubereitung:

1. Risotto-Reis nach Anleitung auf der Verpackung kochen.

2. 4 Auberginen und 4 Paprika waschen, längs halbieren und mit einem Teelöffel entkernen. Nebeneinander mit der Schnittfläche nach oben auf ein Brett legen. Gleichmäßig mit 3 EL Salz bestreuen und ca. 20 Minuten ziehen lassen.

3. 2 Paprika halbieren, putzen, waschen und fein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Reis, Paprika, Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Paprika würzen. Tomatenmark zufügen, kurz anschwitzen, mit Brühe ablöschen, aufkochen und 2-3 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und beiseite stellen.

3. Auberginen und Paprika mit Küchenpapier gut trocken tupfen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Auberginen- und Paprikahälften mit der Schnittfläche nach unten darin goldbraun anbraten. Herausnehmen und mit der Schnittfläche nach oben nebeneinander auf ein Backblech legen.

4. Reismasse gleichmäßig in die Hälften verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175°C/Umluft: 150°C/Gas: s. Hersteller) ca. 10 Minuten backen.

5. Inzwischen Thymian waschen, trocken schütteln und grob zerzupfen. 200 gr. Feta zum Schmand bröseln, mit einer Gabel vermengen und den Feta dabei zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Nach 10 Minuten die Feta-Creme gleichmäßig auf die Hälften verteilen. Restlichen Feta darüber bröseln und mit Thymian bestreuen und nochmal 10 Minuten backen.