

GEFÜLLTE PAPRIKA AUF SCHWARZEN CHILI-BOHNEN

Zutaten (2 Personen)

- 2 kleine Paprika
- 2 Scheiben Kochschinken
- 1 kleine Zwiebel
- 1 EL Rotweinessig
- 100 g Feta
- Salz, Pfeffer
- Handvoll Basilikum
- 1 Avocado
- 1 frische Chili
- 1 Limette
- 1 Dose schwarze Chili-Bohnen (Rewe)
- Vorgekochte Getreidemischung/Reismischung



Zubereitung

Paprika vorbereiten. Deckel abschneiden und innen säubern. Für 10 Minuten nach unten in den Backofen legen bei 200 Grad. Kochschinken in grobe Stücke schneiden und in etwas Olivenöl anbraten. Zwiebel klein würfeln und dazugeben bis sie knusprig sind und etwas karamellisieren. Mit schwarzem Pfeffer würzen. Chili-Bohnen dazugeben und mit Rotweinessig abschmecken. Paprika aus dem Ofen nehmen und salzen. Reismischung mit Feta und zerrupften Basilikumblättern (ein paar zum Garnieren aufheben) vermischen und damit die Paprika befüllen. Paprika auf die Bohnen setzen und Deckel aufsetzen. Für 20 Minuten bei 200 Grad in den Ofen stellen. Avocado würfeln oder in Streifen schneiden, mit Limette beträufeln. Frische Chili entkernen und in kleine Stücke schneiden. Paprika mit Chilis, Avocado und Basilikumblättern garnieren.