

Italienische Rezepte

Paprikaschoten nach Piemonteser Art

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Gemüse, Italien, Paprika, Tomate, Vorspeise

4 große Rote Paprikaschoten
4 mittelgr. Tomaten
8 Sardellenfilets aus der
- Dose; abgetropft

2 Knoblauchzehen
4 Essl. Olivenöl
Schwarzer Pfeffer

Zum Servieren

1 Bund Basilikum

Den Backofen auf 180Gradc vorheizen.

Die Paprikaschoten halbieren und die Samen entfernen; die Stiele nicht herausschneiden (sie sind zwar nicht essbar, sehen aber hübsch aus und geben den Paprikaschoten Halt).

Einen flachen Bräter (ist er zu hoch, bekommt das Gemüse keine schönen dunklen, gerösteten Ränder) dünn mit Öl einfetten und die Paprikaschoten hineinlegen. Die Tomaten in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und 1 Minute stehen lassen. Dann abgießen und die Haut abziehen. Die Tomaten anschließend in Viertel schneiden und in jede Paprika 2 Tomatenstücke legen.

Pro Paprikahälfte ein Sardellenfilet klein schneiden und zu den Tomaten geben. Die Knoblauchzehen schälen, in dünne Scheiben schneiden und gleichmäßig auf den Tomaten und Sardellen verteilen. In jede Paprikahälfte gut 1/2 El Olivenöl geben und mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen (Salz ist wegen der Sardellen nicht nötig). Den Bräter auf der oberen Einschubleiste in den Backofen stellen und die Paprikaschoten 50-60 Minuten garen.

Die fertigen Paprikaschoten auf einer Servierplatte anrichten, den ausgetretenen Saft darüber gießen und mit Basilikum garnieren. Zum Auftunken der köstlichen Flüssigkeit frisches Brot reichen. Focaccia mit Oliven (s. Rezept) wäre ideal.