



Spitzpaprika mit Couscous

Zutaten

- 6 rote Spitzpaprika
- 50 g Tomaten
- 1 Frühlingszwiebel(n)
- 2 Stängel Minze
- 0,5 Zitrone(n)
- 50 g Fetakäse
- 150 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Zwiebel-Rahm Schnitzel
- 60 g Instant-Couscous

Zubereitung

1. Spitzpaprika waschen, den Deckel abschneiden und Kerne und weiße Innenhäute entfernen. Tomate waschen, den Blütenansatz entfernen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in Ringe schneiden. Minze waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Zitrone auspressen. Fetakäse zerkrümeln.
2. In einem Topf Wasser erwärmen. MAGGI Fix für Zwiebel-Rahm Schnitzel einrühren und zum Kochen bringen.
3. Couscous zugeben und ca. 5 Min. quellen lassen. Tomatenwürfel, Frühlingszwiebel, Minze, Zitrone und Fetakäse zugeben und unterrühren.
4. Die Masse in die Spitzpaprikaschoten füllen (dabei nur bis zu 2/3 füllen) und auf dem Grill rundherum ca. 6-8 Min. grillen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	9 g
Energie	83 kcal
Fett	3 g
Protein	4 g

🕒 36 Minuten

⊕ 6 Stück