



Peperoni mit Hackfleisch-Pistazien-Füllung

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

3 Frühlingszwiebeln

60 g Pistazien

5 grüne Peperoni

500 g Hackfleisch, z. B. Lamm und Rind

2 EL Öl zum Braten

Salz

Pfeffer

**200 g italienischer Halbhartkäse,
z. B. Asiago**

½ Bund Majoran



2 dl Bouillon

1. Backofen auf 180 °C vorheizen. Frühlingszwiebeln samt Grün in feine Ringe schneiden. Pistazien grob hacken. Peperoni längs halbieren und entkernen. 1 Peperoni in kleine Würfel schneiden.

2. Hackfleisch im Öl anbraten. Das Weiße der Frühlingszwiebeln sowie die Pistazien begeben. Peperoniwürfel und Zwiebelgrün daruntermischen. Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Käse dazureiben und Majoran dazuzupfen.

3. Masse in die Peperonihälften füllen. In eine ofenfeste Form geben. Mit Bouillon übergießen. Form zudecken. Peperoni im Ofen ca. 20 Minuten schmoren.

ZUBEREITUNG

 **ca. 30 Minuten**  **Einsteiger**
+ ca. 20 Minuten schmoren

Pro Person ca. 42 g Eiweiss, 42 g Fett,
9 g Kohlenhydrate, 2500 kJ/600 kcal