Peperoni mit Quinoafüllung

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	45 Min.
Ruhezeit	10 Min.
Garzeit	40 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SE ab 2015

Zubereitung

150 g Quinoa

3 g Salz

300 ml Wasser

Quinoa in einem Sieb unter fliessendem Wasser waschen. Gut abtropfen lassen. Quinoa, Wasser und Salz in den Garbehälter geben, auf dem Gitterrost in den kalten Garraum schieben. Garen.

Dämpfen 100 °C während 20 Min.

Quinoa aus dem Garraum nehmen und für 10 Minuten ziehen lassen.

4 Peperoni, gemischte Farben

1 Tomate, ca. 100 g

50 g Oliven, schwarz, entsteint

100 g Erbsen, grün, tiefgekühlt

20 g Olivenöl

Schnittlauch

Petersilie

75 g Crème fraîche

1 Schalotte

Chiliflocken

Salz

Pfeffer

Gerät heizt vor

Garraum auf 200 °C mit Heissluft feucht (vor)heizen

Erbsen auftauen lassen. Den Deckel der Peperoni abschneiden und das Kerngehäuse entfernen. Tomate entkernen. Peperonideckel und Tomaten in Würfel schneiden. Oliven grob hacken. Schalotte, Petersilie und Schnittlauch fein schneiden.

Alle Zutaten für die Füllung vermengen, mit dem gegarten Quinoa mischen und abschmecken.

40 g Sbrinz, gerieben

Quinoafüllung in die ausgehölten Peperoni geben und mit Sbrinz bestreuen. Peperoni auf das runde Kuchenblech stellen, auf dem Gitterrost in den vorgeheizten Garraum geben. Backen.

Gargut einschieben

Heissluft feucht 200 °C während 20 Min.

75 g Crème fraîche

Nach dem Garen Peperoni zusammen mit der Crème fraîche servieren.

Zubehör

Porzellanform ⅓ GN

Gitterrost

Kuchenblech rund mit TopClean, ø24 cm

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	11.12.2019