Ein Rezept von **Tiny Spoon** · Julia Radtke

Beilagen / Glutenfrei / Vegan /

# Salsa aus gegrillter Paprika

Ich bin ja ein großer Freund von ‘Meal Prep’. Je besser ich vorbereitet bin, desto gesünder ernähre ich mich. Neben Ofengemüse, Quinoa und Salat, liebe ich etwas vorrätig zu haben, das meinem ganzen Basics schnell etwas Würze und Geschmack verleiht. Und das macht diese Salsa aus gegrillter Paprika definitiv! Frisch aus dem Ofen und noch lauwarm habe ich die Salsa neulich zu einem Stück Kabeljau-Filet gegessen. Die Reste wurden die nächsten Tage mit Salat und auf Quinoa gegessen. Habt ihr schonmal Paprika gegrillt und anschließend die Schale abgezogen? Das Fleisch der Paprika wird süßlich und hat eine wahnsinnig tolle Konsistenz. Ich finde ja, Paprika wird im Ofen beinahe zu einem vollkommen anderen Gemüse und hat nicht mehr viel mit dem Rohzustand gemein.

## Zutaten für 4 Portionen

- 800 gr - rote Paprika
- 1 - Schalotte
- 3 EL - Olivenöl
- 2 EL - Balsamico
- 1 TL - Kokosblütenzucker
- - Salz & Pfeffer

## Zubereitung:

1. Den Backofen auf Grillfunktion einstellen und vorheizen.
2. Die Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und mit der Schale nach oben in eine Auflaufform legen.
3. Im Backofen etwa 12 Minuten grillen. Die Schale sollte verbrannt aussehen.
4. Nun die Paprika aus dem Ofen nehmen. Die Schale der Paprika lässt sich jetzt leicht mit den Händen ablösen. Das Fleisch der Paprika in kleine Würfel schneiden.
5. Die Schalotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden.
6. Olivenöl, Balsamico, Kokosblütenzucker, Salz & Pfeffer in einer Schale miteinander vermengen. Nun die Paprika und Schalotte dazugeben und alles gut in dem Dressing marinieren.
7. Direkt lauwarm servieren oder kalt.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia