

## Rezepte vom Slow Food Karlsruhe Geschmackserlebnis „Paprika“ am 17.09.2022

### Paprika-Tortilla

#### Zutaten

1-2 Zwiebel(n)  
1 Paprikaschote(n), rot 1 Paprikaschote(n), grün  
2 EL Olivenöl  
2 Tomate(n)  
1 kl. Glas Oliven,  
100 g Salami optional  
Oregano Basilikum Salz und Pfeffer, frisch gemahlen  
½ Bund Petersilie  
5 Ei(er)  
1 EL Tomatenmark  
2 EL Milch/Sahne

#### Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Die Paprikaschoten halbieren, entstielen, entkernen, sie waschen und in dünne Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten lassen.

Die Paprika hinzufügen und mitdünsten lassen.

Dann die Tomaten waschen, in kleine Würfel schneiden und dazu geben

So lange dünsten lassen, bis die Flüssigkeit verdunstet ist.

die Oliven halbieren und hinzufügen. Die Salami in Streifen schneiden und unterrühren.

Das Ganze dann mit dem Oregano und dem Basilikum würzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und von der Kochstelle nehmen.

Die Petersilie klein hacken.

Die Eier mit dem Tomatenmark, der Milch/Sahne sowie der gehackten Petersilie verrühren und alles salzen und pfeffern.

Die Gemüsemischung in eine mit Öl ausgefettete Auflaufform geben und die Eiermilch darauf verteilen. Die Form in den vorgeheizten Backofen schieben und das Ganze dann bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 20 - 25 Minuten backen.

Alternativ kann auch auf dem Herd mit geschlossener Pfanne die Tortilla gegart werden, bis die Eimasse gestockt ist.

## **Paprika-Suppe**

### **Zutaten**

1 kg Paprika rot  
2 große Zwiebeln, gewürfelt  
3 Knoblauchzehen, fein geschnitten  
1 Liter Gemüsebrühe  
1 Becher Crème fraîche /Sahne  
etwas Olivenöl, zum Anbraten  
Salz und Pfeffer Balsamico

### **Zubereitung**

Die Paprikaschoten in Würfel schneiden,  
die Zwiebeln ebenfalls würfeln  
und alles zusammen in Olivenöl in einem Topf ca. 5 Minuten anbraten.  
Das Gemüse jetzt schon etwas salzen.  
Dann mit Gemüsebrühe ablöschen  
, den Knoblauch hinzufügen (wenn man ihn mit anbrät, besteht die Gefahr, dass er bitter wird)  
und die Suppe 20-30 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.  
Wenn alles weich gekocht ist, die Crème fraîche/Sahne einrühren und die Suppe mit einem  
Stabmixer fein pürieren. Nochmals auf dem Herd erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Balsamico  
abschmecken. Der Balsamico gibt einen tollen Geschmack in Ergänzung zur Süße der  
Paprikaschoten.

## **Salat von marinierten Paprikaschoten und Pecorino**

### **Zutaten:**

2-3 Paprikaschoten in unterschiedl. Farben von Stielansatz, Samen und Scheidwänden befreit und  
geviertelt /geachtelt  
4-5 EL Olivenöl  
1 EL Balsamico  
½ TL Rohrohrzucker  
1 Knoblauchzehe in dünne Scheiben geschnitten  
2 Zweige Thymian  
Salz, schwarzer Pfeffer  
etwas Petersilie und Basilikum  
50g gereifter Pecorino dünn gehobelt  
1 EL Kapern

### **Zubereitung:**

die Paprikaviertel mit etwas Olivenöl und Salz im vorgeheizten Backofen in einer feuerfesten Form  
ca 30 Min im Backofen rösten, dann herausnehmen, abkühlen lassen und die Haut abziehen und das  
Fruchtfleisch in Streifen schneiden.

Alternativ: Paprika in der Pfanne anbraten und dann die Haut abziehen,  
oder: die Haut dran lassen

Die Zutaten für die Marinade verrühren :

2-3 EL Olivenöl, Balsamico, 1 EL Wasser, Zucker,,Knoblauch,Salz und Pfeffer.

Die Paprikastreifen damit übergießen und über Nacht durchziehen lassen.

Zum Fertigstellen die Kräuter, abgetropfte Paprikastreifen, Pecorino und Kapern mischen , bei  
Bedarf noch etwas Öl oder etwas von der Marinade dazugeben, abschmecken und servieren

## **Paprika-Aufstrich -Muhammara**

Zutaten:

60 g Walnüsse

3-4 rote Paprika

1 kleine Zwiebel fein geschnitten

3 Knoblauchzehen

ca 25g Paniermehl

etwas Balsamico

20g Tahina

Olivenöl

Salz, Pfeffer

etwas Zitronensaft

1 TL Paprikamark

Zubereitung:

1. Für den Paprika-Walnuss-Aufstrich die Walnüsse sehr fein hacken (alternativ mit einem Standmixer fein zerkleinern) und in eine Schale umfüllen.
2. 2. Paprika waschen, halbieren, putzen und Kerne herausschneiden. Zwiebel schälen und halbieren. Knoblauch ebenfalls schälen.
3. 3. Paprika, Zwiebelhälften und Knoblauchzehen in den Standmixer geben und fein pürieren.
4. Paprikamasse in eine Schüssel umfüllen. Restliche Zutaten inkl. die gehackten Walnüsse dazu geben und gut unterrühren.
5. Paprika-Walnuss-Aufstrich in einer Schüssel oder auf einem Teller anrichten und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Unser Tipp: Mit arabischem Fladenbrot servieren und genießen.

Für alle, die rohe Paprika nicht so gut vertragen: diese können mit der Zwiebel auch vorher angebraten werden, dann mixen und etwas über einem Sieb abtropfen lassen, sonst wird der Aufstrich zu flüssig!