

# Mit Couscous gefüllte Peperoni

Für 4 Personen



## Mit Couscous gefüllte Peperoni

### Zutaten:

4 rote oder gelbe Peperoni  
1 Zwiebel, fein gehackt  
2 EL Schweizer Rapsöl  
2,5 dl Gemüsebouillon  
175 g Couscous  
2 EL Rosinen  
2 EL Pinienkerne  
2 EL frische Pfefferminze,  
fein gehackt  
1 EL Aceto Balsamico  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 Eigelb

### Sauce:

2 EL Schweizer Rapsöl  
180 g Joghurt nature  
1/2 Zitrone, Zesten und  
1 EL Saft  
1/2 EL frische Pfeffer-  
minze, fein gehackt

Pfefferminzweige zum  
Garnieren

### Zubereitung:

Jede Peperoni der Länge  
nach aufschneiden und  
entkernen ohne den Stil  
zu entfernen. Die Zwiebel

im Rapsöl andämpfen, mit  
der Bouillon ablöschen,  
aufkochen und den Cous-  
cous, die Rosinen, die  
Pinienkerne, die Pfeffer-  
minze und den Aceto  
Balsamico einrühren. Den  
Couscous von der Platte  
nehmen und zugedeckt  
5 Min. ziehen lassen. Mit  
Salz und Pfeffer kräftig  
würzen und das Eigelb  
unterrühren.

Die Peperoni mit dem  
Couscous füllen und in der  
Mitte des auf 200°C vorge-  
heizten Ofens ca. 30 Min.  
backen.

Für die Sauce alle Zutaten  
mischen und mit Salz und  
Pfeffer abschmecken.

Die heißen Peperoni mit  
der Sauce anrichten und  
mit Minze garnieren.