



Gevulde paprika's met lentepuree



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

4 paprika's
olijfolie
1 ui (fijngesneden)
500 gram kippengehakt
peper en zout
2 teentjes knoflook (fijngesneden)
1 handvol olijven (fijngesneden)
125 gram kerstomaten (in kwartjes gesneden)
120 gram feta (verbrokkeld)
1 bosje bladpeterselie (fijngesneden)
1 kilogram aardappelen (bloemig)
50 gram boter
2 deciliter volle melk
nootmuskaat
2 handen vol babyspinazie
1 kopje diepvrieserwten (ontdooit)

Bereidingswijze

- 1.** Snij de paprika's middendoor en verwijder de zaadlijsten. Besprenkel de binnenkant met olijfolie. Leg de paprikahelften op een bakplaat en zet ze gedurende 20 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven.
- 2.** Fruit in een grote braadpan de ui glazig. Voeg het gehakt toe en bak rul. Breng goed op smaak met peper en zout. Voeg de knoflook toe en laat nog even meebakken. Haal de pan van het vuur. Voeg de olijven, kerstomaten, feta en bladpeterselie toe. Vul de paprikahelften op met dit mengsel en zet terug in de oven. Laat nog 20 minuten verder garen.



- 3.** Schil de aardappelen, kook ze gaar in licht-gezouten water en giet af. Prak de aardappelen met de boter en de melk tot puree. Breng op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Voeg de spinazie en de diepvrieserwten toe. Zet opnieuw op het vuur en roer goed tot de spinazie en erwten gegaard zijn.
- 4.** Serveer de puree met de gevulde paprika's.