

## Rezept

# Eingelegte Paprikaschoten

Ein Rezept von Eingelegte Paprikaschoten, am 15.12.2025

## Zutaten

je 3 rote und gelbe Paprikaschoten

**1 Bund** Petersilie

Salz

Olivenöl für das Backblech

**4** Knoblauchzehen

**1** Zitrone

**6 EL** bestes Olivenöl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

## Zubereitung

- 1.** Den Backofen auf 220° vorheizen. Ein Backblech mit Öl ausstreichen. Die Paprikaschoten waschen und auf dem Blech verteilen.

---

- 2.** Die Paprikaschoten im heißen Backofen (oben, Grill) 8-10 Min. grillen, dabei einmal wenden. Sobald die Haut schwarze Blasen wirft, die Schoten herausnehmen und in einen hitzebeständigen Vorratsbeutel füllen. Den Beutel verschließen und die Paprikaschoten darin etwas abkühlen lassen.

---

- 3.** Inzwischen die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter fein schneiden. Die Zitrone auspressen.

---

- 4.** Die Paprikaschoten aus dem Beutel nehmen. Jeweils den Stielansatz entfernen und die Haut abziehen. Die Schoten längs in breite Streifen schneiden, dabei die Kerne entfernen.

---

- 5.** Abwechselnd rote und gelbe Paprikastreifen in eine flache Schale schichten. Jede Lage leicht salzen, mit Knoblauch und Petersilie bestreuen und mit Zitronensaft und Olivenöl beträufeln. Mit Frischhaltefolie abdecken und 4 Std. in den Kühlschrank stellen.