

## Rezept

# Tomaten-Paprika-Salsa

Ein Rezept von Tomaten-Paprika-Salsa, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>200 g</b> Tomaten	<b>100 g</b> geröstete rote Paprikaschoten
1/4 Bund glatte Petersilie	1/2 rote Chilischote (wenn Kinder mitessen: einfach weglassen)
<b>2 TL</b> Kapern (am besten in Salz eingelegte)	<b>2 EL</b> Olivenöl
Salz	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal

## Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und in grobe Würfel schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Paprika grob schneiden. Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken. Das Chilistück waschen und samt den Kernen grob zerkleinern. Kapern kurz abbrausen und abtropfen lassen.
2. Die Tomaten mit Paprika, Petersilie, Chili, Kapern und dem Olivenöl im Mixer zu einer cremigen Sauce zerkleinern. Mit Salz abschmecken. Die Sauce passt zu Fleisch und Fisch, aber auch zu Räuchertofu oder Halloumi sehr gut.