

## Rezept

# Tomatenkäse

Ein Rezept von Tomatenkäse, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>1</b> Paprika (ca. 200 g)	<b>60 g</b> Feta-Schafskäse
<b>40 g</b> Parmesan	<b>100 g</b> Tomatenmark
<b>½ TL</b> getrocknete Kräuter der Provence	Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**  
Ca. 50 kcal, 3 g F, 3 g EW, 1 g KH

## Zubereitung

1. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden. Den Schafskäse in kleine Stücke schneiden. Den Parmesan fein reiben. Zusammen mit Paprika, Schafskäse und Tomatenmark in eine Schüssel geben.
2. Alle Zutaten miteinander vermischen und mit Kräutern und Pfeffer würzen.