

Gefüllte Grillzwiebeln

Zutaten für 4 Personen

- 4 Gemüsezwiebeln; a 250 g
- 200 g Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 40 g griechischen Schafskäse
- 1 Bund Petersilie
- Jodsalz, Pfeffer
- 1/2 TL Paprikapulver, edelsüß
- 2 EL Sojaöl

Zubereitung

- Zwiebeln schälen und von jeder oben einen Deckel abschneiden
- Zwiebeln mit einem Messer oder Löffel vorsichtig aushöhlen
- Hälfte des entfernten Fruchtfleischs fein hacken (Die andere Hälfte wird nicht weiterverwendet.)
- Tomaten über Kreuz einritzen, kurz überbrühen, abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und fein würfeln.
- Petersilie fein hacken
- Knoblauchzehe schälen und zerdrücken
- Feta fein würfeln
- Tomaten, feingehackte Zwiebel, Feta, Knoblauch und Petersilie gut mischen und würzen.
- Tomatenmischung in die ausgehöhlten Zwiebeln füllen und den Deckel wieder aufsetzen.