



Gefüllte Spitzpaprika

Zutaten:

2 rote Spitzpaprika
200 g rohes Sauerkraut
2 Frühlingszwiebeln oder ein
Stückchen Stangenlauch
1 Kaki (oder saisonal anderes
Obst, z.B. Aprikose)
6 Stück getrocknete Tomaten

Zutaten Dressing:

100 g eingeweichte Cashews
(optional Cashewmus)
2 weiche Datteln
1/2 EL Sojasauce (Nama Tamari)
1/2 TL Rauchpaprika
(oder normales)
etwas Schabzigerklee, Cumin, Salz, Bockshornklee



Zubereitung:

Die Spitzpaprika der Länge nach
halbieren und putzen.
Das Sauerkraut mit den fein
geschnittenen übrigen Zutaten
gut vermischen.
Die Zutaten für das Dressing
fein cremig aufpürieren und
unter die Sauerkraut-Masse
heben. Etwas durchziehen
lassen und als Füllung für die
Spitzpaprika verwenden.
Nach Belieben mit z.B. Sprossen
oder Kräutern dekorieren.