

## Paprika gefüllt mit Quinoa nach WeightWatchers überbacken mit Feta

150g Quinoa (schwarz) nach Packungsanweisung garen, mit  
3 Frühlingszwiebeln  
120 g Feta light  
Pfeffer und Salz vermengen und in  
3 grosse Paprika füllen, eine Form leicht ausfetten und die  
Paprika hineinsetzen mit

60 g Feta light (zerkrümelt) bestreuen  
ca. 500 g Cocktailtomaten in die Zwischenräume geben und mit  
3 El Olivenöl beträufeln  
Im Backofen bei 200° C 30 Min. backen und noch 10 Min. im Backofen ziehen lassen

**Guten Appetit**

**3 Portionen**

**Energiewert**

**ca. 1250 Kcal gesamt**

**nach WeightWatchers**

**31 ProPoints gesamt**

**WeightWatchers-Fitformel**

**Kohlehydrate, Eiweiß, Gemüse, Calcium**

**geeignet zum**

**Sofort oder später genießen**

Viel Spass beim Nachkochen.

