**Gevulde snoeppaprika’s met bloemkoolcouscous**

bloemkool

verse koriander

tomaten

rode paprika

lente-ui

peper en zout

olijfolie

mini-paprika’s

puur rundergehakt

gruyère

tomatenconcentraat

knoflookpasta

uienpoeder

passata

basilicum

gedroogde tomaatjes op olie

rode balsamico

**Bloemkoolcouscous**. Rasp de bloemkoolroosjes fijn. Verwijder de zaadjes uit een rode puntpaprika en snijd die in een zeer fijne brunoise. Haal het vel van een tomaat, halveer en verwijder de inhoud. Snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Snijd een lente-uitje in ringetjes. Pluk verse korianderblaadjes. Meng alle voorgaande ingrediënten tot een salade.

Roerbak deze salade een tweetal minuutjes en niet langer, in een paar lepeltjes olijfolie en breng op smaak met peper en zout.

**Gevulde snoeppaprika’s**. Meng zuiver rundsgehakt met een paar lepels knoflookpasta, tomatenconcentraat, uienpoeder, geraspte gruyère, peper en zout. Snijd de hoedjes van de paprika’s, verwijder de kern en spoel de achtergebleven zaadjes weg onder de kraan.

Vul de paprika’s met de vleesmengeling. Druk de uiteinden in geraspte Parmezaan. Besproei met olijfolie. Maak van het eventuele restant aan vulling (zoals op foto) balletjes en rol die door de gemalen Parmezaan.

Leg beide bereidingen in een ovenschotel, ingevet met olijfolie. Zet de schotel 35 minuten in een voorverwarmde oven op 200°C. Verlaag de temperatuur na 10 minuten naar 185°C, zonder heteluchtstroom.

**De saus**. Giet een flesje passata in een sauteerpannetje en verrijk met een flinke scheut rode balsamico en gesnipperde gedroogde tomaatjes met een beetje van hun olie. Laat even pruttelen en verlaag het vuur tot onder het kookpunt. Voeg nu verse basilicum toe. Laat niet meer koken. Breng op smaak met peper en zout.

**Op het bord**. In het midden een hoopje bloemkoolcouscous. Daarrond een drietal mini-paprika’s en vleesballetjes. Werk af met een paar eetlepels saus en vooraan een lepeltje kookvocht van de paprikaatjes voor het kleureffect. Bovenop de bloemkoolcouscous, een paar plukjes verse koriander.