

# Gefüllte Paprikaschoten

Gemüse

Vorbereitungszeit: 30 Minuten  
Zubereitungszeit: 60 Minuten } 1½ Stunden

ZUTATEN / Portionen		4	6
Paprikaschoten (Farbe beliebig)	St.	4	6
Zwiebel (mittelgroß)	St.	1	1½
Knoblauchzehen	St.	1	2
Hackfleisch (gemischt)	g	400	600
Reis (Langkorn)	g	80	120
Öl	EL	2	3
Ei	St.	1	2
Petersilie	Bund	½	¾
Tomaten stückig (Dose)	g	400	600
Instant Rinderbrühe	TL	1	1½
Basilikum gerebelt	EL	1	1½
Oregano gerebelt	EL	1	1½
Zucker	TL	1	1½
Paprikamark aus der Tube	EL	1	1½
Weißwein	ml	125	200

## VORBEREITEN:

1. Reis mit Wasser aufkochen, salzen und zugedeckt bei abgestellter Herdplatte etwa 20 Minuten quellen lassen.
2. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in einer kleinen Pfanne mit Öl glasig dünsten. Beiseitestellen und abkühlen lassen.

3. Petersilie fein Hacken.
4. Paprikaschoten einen Deckel abschneiden, so dass man einen Deckel mit Stilansatz erhält. Trennwände und Kerne aus der Frucht entfernen.

## ZUBEREITUNG:

1. Hackfleisch in eine große Schüssel geben, Zwiebel, Reis, Ei und Petersilie zufügen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut durchmengen.
2. Tomaten stückig in eine große Kasserolle geben. Aufkochen. Zucker, Paprikamark, Instant Rinderbrühe, Basilikum und Oregano zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Paprika leicht gewölbt füllen. Den Deckel andrücken. Die gefüllte Paprika in den Schmortopf setzen.
4. Wein angießen und zugedeckt auf kleinster Flamme ca. 1 Stunde schmoren.

## BEILAGEN / GETRÄNKE:

\* Reis, Baguette, Pasta, Kartoffeln

