

Gefüllte Paprika

Zutaten



- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 10 g Salz
- 1 Zwiebel
- 1 Ei
- 100 g Reis (Milchreis)
- 150 g Tomatenmark
- 10 Paprikaschoten
- Öl, Zucker, Mehl, Pfeffer

Zubereitung



Die Zwiebel fein hacken. Hackfleisch, Reis, Salz, etwas Pfeffer und ein Ei in das Mischgefäß geben und die Fleischmasse gut vermengen.

Paprikaschoten aushöhlen, mit der Fleischmasse füllen und in einen großen Topf schichten. Mit Wasser übergießen, so daß alles knapp bedeckt ist. Bei mäßiger Hitze 30 Minuten kochen.

In einer großen Pfanne ca. 50 ml Öl erhitzen, 4 EL Mehl klumpenfrei einrühren, darauf achten daß das

Mehl nicht zu braun wird. Mit etwas kaltem Wasser (100 ml) zu einer Einbrenne rühren. Das Tomatenmark mit dem Kochwasser der Paprikaschoten portionsweise - am besten mit einem Schneebesen - in die Eingrenne rühren, bis die Konsistenz einer feinen Soße erreicht ist. Aufkochen, mit Zucker und Salz abschmecken und über die gefüllten Paprikaschoten gießen. Alles zusammen noch auf kleiner Hitze 15 Minuten ziehen lassen. Ergibt 10 gefüllte Paprika. Als Beilage können in Salzwasser gekochte Kartoffeln (Salzkartoffeln) gereicht werden.