

GEFÜLLTE PAPRIKA

Zutaten



- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 10 g Salz
- 5 g Pfeffer
- 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 aufgießen, so daß alles knapp bedeckt ist. Einen TL Salz auf einem Liter Kochwasser hinzufügen. Bei mäßiger Hitze 30 Minuten kochen.

In einer großen Pfanne 50 ml Öl erhitzen, 4 EL Mehl klumpenfrei einrühren, darauf achten daß das Mehl nicht 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 Einbrenne rühren, bis die Konsistenz einer feinen Soße erreicht ist. Eventuell mit einem Stabmixer nachhelfen. Aufkochen, mit Zucker und Salz abschmecken und über die gefüllten Paprikaschoten gießen. Alles zusammen auf kleiner Hitze 15 Minuten ziehen lassen. Ergibt 10 gefüllte

Paprika mit gut gewürztem Hackfleisch.
Als Beilage können in Salzwasser gekochte Kartoffeln (Salzkartoffeln) gereicht werden.

* * * * *



* * * * *
