

#### ZUTATEN:

- 4 große Paprika
- 500 g Faschiertes (Hackfleisch)  
Rind und Schwein gemischt
- 1 Zwiebel (gehackt)
- 1000 ml Wasser
- Öl
- 150 g gekochter Reis
- 1 Ei
- Tomaten (passiert) nach Belieben
- 1/2 Bund Petersilie
- 1-2 zerdrückte Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer, 1 Msp. Majoran



DAUER:  
ca. 30 Minuten



PORTIONEN:  
4 Personen



SCHWIERIGKEIT:  
leicht

## Gefüllter Paprika

#### ZUBEREITUNG:

Für Gefüllte Paprika die Paprika waschen, Deckel abschneiden (nicht wegschmeißen) und aushöhlen. Die Paprika mit kochendem Salzwasser übergießen und 5 Minuten in heißem Wasser ziehen lassen.

Danach das Salzwasser abschütten. Die gehackte Zwiebel mit der Petersilie in heißem Fett anrösten. Den gekochten Reis dünsten und mit dem Faschierten und dem Ei vermischen. Die Masse salzen und mit der Zwiebel, Petersilie, Salz, Pfeffer, Majoran und Petersilie würzen und vermischen.

Die Paprikaschoten mit der Masse füllen. Deckel auf die Schoten setzen, mit einem Zahnstocher befestigen und in eine feuerfeste Form legen.

Die Tomatensauce mit Salz und Pfeffer würzen und dann die Gefüllte Paprika damit übergießen und 45 Minuten im vorgeheizten Backrohr bei 180° dünsten lassen.



Gutes Gelingen und guten Appetit  
wünscht das Neubergerhof-Küchenteam