

# Gefüllte Paprika

Zutaten für vier Portionen:

- 4 Paprikaschoten (grün)
- 200 g Hackfleisch (vom Rind oder gemischt)
- 200 g Reis (Rundkorn)
- 500 ml passierte Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer (schwarz, aus der Mühle)
- 1 Bund Petersilie (glatt)
- Zucker

Von den Paprikaschoten auf der Strunkseite Deckel abschneiden und Kerne auswaschen. Hackfleisch mit Butterschmalz in einer Pfanne gut durchbraten, mit dem in Salzwasser fast fertig gekochten Reis sowie der klein gehackten Petersilie mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung in die Schoten füllen und mit den vorher abgeschnittenen Deckeln zudecken.

Die fein gewürfelte Zwiebel und den klein gehackten Knoblauch mit etwas Butterschmalz in einem tiefen Topf anschwitzen und mit den passierten Tomaten ablöschen. Mit Salz und etwa einem TL Zucker abschmecken. Die Schoten in die Soße stellen und bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze etwa 25 Minuten köcheln lassen.

*Die grünen Paprika liefern einen herben, leicht bitteren Geschmack, der die süß abgeschmeckte Tomatensoße gut ergänzt. Wer bittere Geschmacksstoffe nicht mag, nimmt lieber gelbe Schoten. Wer es vegetarisch mag, kann statt Hackfleisch Champignons verwenden.*