

Gefüllter Paprika

Rezept für 4 Portionen
Dauer: ca. 40 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Faschiertes / Gehacktes / Hackfleisch gemischt	250 g
Weißbrote / Stangenweißbrote	50 g
Paprikaschoten	8 Stk.
Rohe Hühnereier - mittel	1 Stk.
Zwiebeln	1 Stk.
Kreuzkümmel	Etwas / nach Bedarf
Salz	Etwas / nach Bedarf
Gemüsesuppe / Gemüsebouillon / Gemüsebrühe / Gemüsefond	1 Viertel
Fett	Etwas / nach Bedarf

Zubereitung:

Zuerst wird die Füllung zubereitet:

Das Fleisch mit eingeweichem, fest ausgedrücktem Weißbrot, Ei, fein geschnittener Zwiebel und Gewürzen verarbeiten.

(Anstelle von Hackfleisch kann Wurst oder eine Mischung aus garem Reis und Wurstwürfeln verwendet werden. Du kannst auch anstelle des Hackfleisches Pilze dünsten und mit Petersilie verfeinern, dann werden die Pilze wie das Hackfleisch weiter verarbeitet, mit Ei, Gewürzen, Weißbrot, etc.)

Nun werden die Paprikafrüchte gefüllt:

Zuerst die Paprika vorsichtig aushöhlen und die Deckel (= Stiele) wegwerfen. Dann die Paprika füllen und in heißes Bratfett setzen;

Nach kurzem Anbraten die heiße Brühe oder einen Rest Bratensoße auffüllen und das Gericht zugedeckt garen.

Anstatt der Suppenbrühe kannst du auch Tomatenpüree oder geschälte, klein geschnittene Tomaten und ganz wenig Wasser zugeben!

Wenn du die Sauce dann noch etwas dicker magst, kannst du sie mit etwas Mehl binden!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-519-Gefuellter-Paprika.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at