Gefüllte Paprika

Schmeckt immer wieder gut! Klassisches Rezept für gefüllte Paprika mit Faschiertem und Reis.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 50 min

Gesamtzeit: 1,2 h

Zutaten

8 Stk.	Paprika (grüne)
60 g	Langkornreis
360 g	Faschiertes (vom Rind und Schwein)
100 g	Zwiebel
1 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Petersilie
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Majoran

Zubereitung

1. **Gefüllte Paprika** sind preiswert und lecker: Zuerst den Reis dünsten und den Backofen auf 200°C vorheizen.

2. In der Zwischenzeit von den Paprikaschoten den Deckel abschneiden und durch die Öffnung vorsichtig das Kerngehäuse entfernen, ohne die Paprika zu teilen. Kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

3. Zwiebeln schälen, fein hacken und in heißem Öl anschwitzen, bis sie goldgelb sind. Mit dem Faschierten, Petersilie, Knoblauch, Salz und Pfeffer mischen. Die Fleischmasse in die Paprika füllen und mit dem aufgelegten Deckel in eine eingefettete Auflaufform stellen. Im Backofen ca. 30 Minuten garen lassen.

Tipp

Gefüllte Paprika nach Belieben mit einer würzigen Tomatensauce servieren.