

Gefüllte Paprika

mit Hackfleisch

Bio Kochbox KW 20



Gefüllte Paprika mit Hackfleisch



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 2 große Paprika
- 1 Pck. Hackfleisch
- 100 g Parboiled Reis
- 1 Zwiebel
- 400 g Cubetti

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 2 EL Öl

Zubereitung:

Reis nach Packungsanleitung vorkochen (ca. 10 Minuten). Paprika waschen, halbieren und entkernen. Zwiebel würfeln und mit Hackfleisch anbraten. Reis untermischen, würzen. Mischung in die Paprika füllen. In eine Auflaufform setzen, Tomaten darüber geben. Bei 180°C ca. 30 Minuten backen.