Gefüllte Paprika

Kategorie: Aufläufe und Ofengerichte - Aufwand: mittel - Preis: mittel - für Gruppen: ja - vegetarisch: nein

Zutaten

2	rote Paprikaschoten
	Salz
50 g	Basmatireis
50 g	Schafsfeta
1	kleine Zwiebel
1	Knoblauchzehe
0,5 Bund	Petersilie
175 g	gemischtes Hack
1	Ei
1 TL	Paprikapulver
	Pfeffer
400 g	Tomaten
6	schwarze Oliven
60 ml	Gemüsebrühe

(Angaben für 2 Personen)

Gefüllte Paprika sind eine leckere griechische Spezialität, die sich auch gut vorbereiten lässt. Dazu passt ein Blattsalat.

Zubereitung

Die Paprika längs halbieren und putzen. In kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren und abtropfen lassen. Den Reis im kochenden Paprikawasser etwa 5 Minuten vorgaren, abtropfen lassen.
Den Schafskäse würfeln, die Zwiebel, den Knoblauch und den Großteil der Petersilie fein hacken. Das Hackfleisch mit der Petersilie, den Käsewürfeln, den Zwiebeln, dem Knoblauch und dem Ei verkneten. Mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer herzhaft würzen, in die Paprikaschoten füllen.
Den Backofen auf 200°C vorheizen. Eine Auflaufform fetten. Die Tomaten würfeln und mit den Oliven in der Form verteilen. Salzen und pfeffern, die Brühe angießen. Die Schoten in die Form setzen und zugedeckt im Ofen (Mitte) etwa 40 Minuten schmoren, dann offen noch etwa 15 Minuten garen. Mit der restlichen Petersilie garnieren.