

Gefüllte Paprika ungarische Art - Der Klassiker

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

90
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

4 Paprika
125 g Rinderhack
125 g Mettwurst
100 g Reis
800 g gewürfelte Dosentomaten
1 Zwiebel
2 Kartoffeln
1 Esslöffel Paprikapulver edelsüß
1/2 Teelöffel geräuchertes Paprikapulver
1 Esslöffel Zucker
1 Lorbeerblatt
200 g saure Sahne
100 ml Wasser
1 Ei
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör
Bräter

und wurde dort vor allem von der ärmeren Bevölkerung als Ersatz für den damals teuren Pfeffer genutzt. Dass Paprika das Fünf- bis Siebenfache an Vitamin C im Vergleich zu einer Zitrone hat, entdeckte ein ungarischer Wissenschaftler.

Das nur als Smalltalk-Vorschlag während du deinen Gästen diesen leckeren, gefüllten Klassiker servierst.

- 1 -

Backofen auf 130 °C vorheizen. Reis nach Packungsangabe kochen und beiseitestellen. Zwiebel schälen und hacken, Kartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Mettwurst in kleine Würfel schneiden.

- 2 -

Paprikadeckel abschneiden und Paprika entkernen. Paprikadeckel beiseitestellen. Reis mit Hack, Mett, Ei, Kartoffeln, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen. Paprika mit Masse füllen.

- 3 -

Paprikadeckel sehr fein hacken und mit Zwiebeln, gewürfelten Tomaten, Wasser, Zucker und Lorbeerblatt vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 4 -

Gefüllte Paprika aufrecht in einen Bräter stellen mit Tomaten-Paprika-Sauce übergießen. Ca. 90 Minuten zugedeckt im heißen Ofen garen. Je nach Gusto Paprika mit einem Klecks saurer Sahne servieren.

Töltött Paprika - hört sich an wie "Ich liebe Paprika", bedeutet aber "gefüllte Paprika" auf ungarisch. Paprika und Ungarn - das gehört kulinarisch irgendwie zusammen, oder? Im 17. Jahrhundert fand das glockenförmige Fruchtgemüse seinen Weg nach Ungarn