

Papryka faszerowana

SKŁADNIKI:

- papryki
- 350 g mielonego mięsa
- 2 łyżki oliwy
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki posiekanej natki
- 100 g (1 woreczek) ryżu
- 1 jajko
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 100 g żółtego sera
- 1 pomidor
- 1/2 łyżeczki tymianku
- po 1 łyżeczce słodkiej papryki i kurkumy
- 2 łyżeczki oregano

SPOSÓB WYKONANIA:

1. Ryż ugotować do miękkości w osolonej wodzie, ok. 10 - 15 minut lub zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
2. Na patelni na oliwie zeszklić pokrojoną cebulę, dodać starty czosnek, po chwili włożyć zmielone mięso i dokładnie obsmażyć. Jeśli mielimy sami mięso najlepiej zmielić je od razu z surową cebulą, natką i czosnkiem, całość wyłożyć na patelnię i dokładnie obsmażyć.
3. Mięso doprawić solą (ok. 2/3 łyżeczki), pieprzem, dodać przyprawy: tymianek, czerwoną paprykę i kurkumę oraz połowę suszonego oregano. Dodać koncentrat pomidorowy oraz natkę pietruszki, smażyć przez około 2 minuty.
4. Dodać odcedzony ryż, wymieszać i podgrzewać przez ok. minutę. Odstawić z ognia. Po przestudzeniu dodać jajko i wymieszać.
5. Piekarnik nagrzać do 200 stopni C.

