Gefüllte Paprika

60–70 Min

Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

8 Stk.	Paprika
350 g	Faschiertes, gemischt
1.5 TL	Zwiebel, gehackt
1 TL	Petersilie, gehackt
1	Ei
4 EL	Reis, gedünstet
0.5 TL	Majoran gerebelt
1 Prise	Speisesalz jodiert
	Öl zum Braten

Für die Tomatensauce

0.5 l	Tomatenpüree
50 g	Mehl
30 g	Butter
2 TL	Zucker
1	Schuss Essig
1 Prise	Speisesalz jodiert
	Wasser bei Bedarf

Zubereitung

1. 8 Stück Paprikaschoten werden abgestielt, worauf man an der Stielseite einen Deckel ausschneidet und aus dem Inneren alle weißen Samenkerne und weiße „Fäden“ entfernt.
2. Dann überbrüht man die Paprika mit kochendem Wasser, um sie nach fünf Minuten mit kaltem Wasser zu übergießen und gut abtropfen zu lassen.
3. Indessen wird 35 Dekagramm Fleisch, je zur Hälfte aus Schweinefleisch und Rindfleisch bestehend, mittelfein faschiert.

TIPP: Es kann auch bereits faschiertes Fleisch verwendet werden

4. Zum faschierten Fleisch fügt man eineinhalb gehäufte Teelöffel feingehackte und in nussgroß Fett goldgelb geröstete Zwiebel, das nötige Salz, eine Prise gehackte grüne Petersilie und ein ganz klein wenig zerriebenen Majoran und arbeitet sodann noch 4 gehäufte Esslöffel gedünsteten Reis und ein ganzes Ei darunter.
5. Damit stopft man die vorbereiteten Paprikaschoten voll, setzt den Deckel auf und ordnet die Stücke nebeneinander in eine wasserbenetzte Bratkasserolle.

TIPP: Statt einer Bratkasserolle eignet sich auch ein weiter Topf oder eine Auflaufform.

6. Die gefüllten Paprika werden zugedeckt im heißen Rohr überbraten, bis sich die Fülle steif anfühlt.
7. Indessen schwitzt man 3 Dekagramm Mehl in 5 Dekagramm heißer Butter goldgelb, fügt ¼ bis ½ Liter weiches Tomatenpüree, das nötige Salz, einen Schuss Essig und zwei Teelöffel Zucker bei und lässt unter Rühren glatt verkochen.
8. Dabei wird mit Wasser nach Bedarf zu einer mäßig dicken Sauce gelockert.
9. Nach kurzem Verkochen gießt man die Sauce über die vorgebratenen, gefüllten Paprika und lässt alles zusammen noch 15 bis 20 Minuten langsam dünsten.

TIPP: Als Beilage gibt man Röstkartoffeln oder gedünsteten Reis.