



Gefüllte Paprikaschoten

4 Personen · ca. 45 Min plus 40 Min Garen · mittel

Zutaten

Füllung

- 150 g Langkornreis
- 2 mittelgroße Zwiebeln (200 g)
- 1 große Tomate (150 g)
- 50 g Butter
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Bund Dill
- 2 Zweige frische oder 1 TL getrocknete Minze
- 400 g Rinderhackfleisch
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 1 Msp. Pimentpulver

Außerdem

- 12 kleinere, dünnchalige Paprikaschoten
- 4 kleinere Tomaten (300 g)
- Salz
- 1 EL Tomatenmark
- 350 g säuerlicher Vollmilchjoghurt

Zubereitung

- Den Reis abspülen und mit heißem Wasser bedeckt etwa 30 Minuten vorquellen lassen. Zwiebeln fein hacken, die Tomate häuten, entkernen und würfeln.
- In 20 g Butter die Zwiebeln glasig dünsten. Reis abtropfen lassen, Kräuter fein hacken. Tomatenwürfel, Zwiebeln, Reis, Kräuter und Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Piment gut verkneten.
- Die Paprika rund um den Stiel einschneiden, Kerne und Rippen entfernen, ausspülen und locker mit der Masse füllen. Die Tomaten je in drei Scheiben schneiden und jede Schote mit einer Scheibe verschließen.
- Die Schoten mit der Öffnung nach oben in eine Kasserolle setzen. 3 D8 l heißes Wasser mit Salz und Tomatenmark verrühren und angießen. Restliche Butter in Flöckchen darauf verteilen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 40 Minuten garen. Heiß mit Joghurt servieren.

Tipp: Aus den handschriftlichen Notizen im Original: die Paprika innen mit Kräutersalz bestreuen und die Vorquellzeit des Reises ruhig auf 30 Minuten verlängern.

Türkische Küche (Etli biber dolmas 'Ä –â V–vVæVâ Worten aufgeschrieben.

