

GEFÜLLTE PAPRIKA »UKRAINISCHER ART«

ZUTATEN:

100 g Reis
500 g Hähnchenbrust
2-3 Zwiebeln
60 g Karotte
1 EL Öl

Salz, Pfeffer
1 TL Paprikapulver
800 g Paprikaschoten
(etwa 4 Stück)

2-3 EL Schmand
2-3 EL Tomatenmark
600 ml Gemüsebrühe (instant)

ZUBEREITUNG:

bissfest garen und abkühlen lassen.
mithilfe eines Fleischwolfes zu Hackfleisch verarbeiten.
schälen und fein hacken
raspeln und mit den Zwiebeln in
glasig anbraten. Das Hähnchenfleisch mit der Hälfte des
Gemüses, dem Reis mit

gut vermengen.
waschen, die Stielseite abschneiden, entkernen und mit der
Mischung füllen. Das restliche Gemüse in eine feuerfeste Form
geben, die gefüllten Paprikaschoten daraufsetzen und mit dem
Paprikadeckel bedecken.
mit
und
verrühren und über die Paprika geben.
Im Backofen bei 180°C 40 bis 45 Minuten backen

Mit Reis oder Weißbrot servieren

