

GEFÜLLTE PAPRIKA

Zutaten

- 2 Paprika
- 300g Rindertatar
- Zwiebel
- Dose gehackte Tomaten
- 200g passierte Tomaten
- Pfeffer, Paprikagewürz(edelsüß)
- Basilikum, Sesam

FOTO
FOLGT

Zubereitung

Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl andünsten. Rindertatar hinzugeben und kräftig würzen. Erst nachdem das Fleisch fertig angebraten ist, passierte und gehackte Tomaten hinzugeben. Alles kurz aufkochen. Paprika in 4 Hälften schneiden, die fertige Bolognese Soße über die Paprikahälften verteilen mit etwas Basilikum bestreuen. Alles in einer Auflaufform für 20 Minuten bei 170° Grad Umluft im vorgeheizten Backofen backen.

Tipp:
Kombinierbar mit einem kleinen gemischten Salat. Anstatt Paprika nimmst du Zucchini/Aubergine