

Papriky plněné mletým masem

Kategorie: Zelenina

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

6 velkých paprik
350 g libového mletého hovězího masa
rýže
1 plechovka sekaných rajčat
0,5 šálku nakrájené cibule
2 stroužky prolisovaného česneku
2 lžíce olivového oleje

Postup

Papriky pěkně odshora ``odskalpujte`` (skalpy ale nevyhazujte!) a zbavte je vnitřností. Obrané papriky postavte vedle sebe do misky, podlijte dvěma lžícemi vody, zakryjte poklopem a na pět minut je dejte do mikrovlnky. Po zahřívací proceduře je vyjměte a přebytečnou vodu slijte. Smíchejte rozkrájené špičky paprik s cibulí, česnekem a olejem a i tuto směsku upečte - 3-5 minut by mělo stačit. Pak ji vmíchejte do mletého masa a pečte 3 minuty do zlatova. Pak přidejte rýži, sekaná rajčata a šálek vody, promíchejte a nechte je rotovat v mikrovlnce dalších 15-20 minut, dokud rýže nezměkne. Horkou směsí naplňte vykuchané papriky, naskládejte je do misky a ještě jednou lehce zahřejte.