

Papryka nadziewana

data aktualizacji: 2020.09.10 autor: Redakcja



Składniki :

- 7 niedużych papryk
- 1 szklanka ryżu jaśminowej
- 350 g ciemnych pieczarek
- 1 cebula szalotka
- 1 garść posiekanej natki pietruszki
- 1 garść posiekanego koperku
- 1 łyżeczka kminu rzymskiego
- 1 łyżeczka mięty suszonej
- 1 ząbek czosnku
- 1 puszka pomidorów
- 4 łyżeczki koncentratu paprykowego
- 1 łyżka miodu
- 1 łyżka creme fraiche
- kilka łyżek oleju
- sól himalajska

świeżo zmielony pieprz

Wykonanie:

- Przygotuj paprykę umyj, przekrój na 3/4 wysokości i wyjmij gniazda nasienne.
- Ugotuj ryż.
- Rozgrzej patelnię, wlej olej i podsmaż pokrojoną dość drobno cebulę, czosnek i pieczarki.
- Do usmażonych pieczarek dodaj ugotowany ryż, pietruszkę, koperek, miętę i 2 łyżeczki koncentratu paprykowego. Wszystko dokładnie wymieszaj, dopraw solą i pieprzem.
- Wypełnij każdą paprykę przygotowanym farszem.
- Na dno brytfanki wyłóż pomidory i poukładaj paprykę.
- Rozgrzej piekarnik do 190°C i piecz całość pod przykryciem ok 60 minut.
- Do sosu który powstał z pomidorów dodaj 2 łyżeczki koncentratu paprykowego, miód, creme fraiche, sól i pieprz. Dobrze wymieszaj. Podawaj upieczoną paprykę z dodatkiem sosu.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/36555-papryka-nadziewana>