

Gefüllte Paprika mit Paradeissoße



Gefüllte Paprika und Paradeissauce

Passend zur Saison:

Soße: Paradeiser waschen, würfeln und ohne Fett in einem Topf erhitzen. Wenn sie weich sind (umrühren nicht vergessen!) mit dem Pürierstab pürieren („Flotte Lotte“ ist auch ok, dauert aber länger...), danach salzen, nach Belieben zuckern (ja, ihr habt richtig gelesen) und fertig!

Gefüllte Paprika: Paprika waschen, Deckel runterschneiden, putzen und mit einer Mischung aus gekochtem Reis (Hirse, Polenta, Dinkel oder was immer das Herz begehrt oder von was immer noch Reste da sind) Salz, Pfeffer, Kräutern (nach Belieben) und eventuell klein geschnittenem Räuchertofu füllen; in der Paradeissoße köcheln lassen, bis die Paprika weich sind.

Tipp für Eilige: Reis kochen (Basmati geht am schnellsten), Paradeissoße zubereiten, Paprika schnippeln und anbraten; alles miteinander anrichten und schmecken lassen.

Share this: