



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **1 óra**



**Répási Eszter**

## TÖLTÖTT PAPRIKA

Sokak kedvenc magyaros étele a hagyományos töltött paprika. Érdemes kipróbálni ezt a receptet!

### HOZZÁVALÓK

400 g darált sertéscomb  
200 g barna rizs  
1 fej vöröshagyma  
1 db tojás

izlés szerint só  
(zöldfűszerekkel pl  
vasfűvel  
helyettesíthető)  
izlés szerint Bors  
130 g házi sűrített

paradicsom  
izlés szerint kb. 1 l víz  
4 ek teljeskiőrlésű liszt  
3 ek olaj  
1 tk xilit  
4 db nagy méretű

paprika  
1 tk fűszerpaprika  
**ALLERGÉNEK**  
Glutént tartalmaz  
Laktózmentes  
Tojást tartalmaz

- 1 A paprikákat megmossuk és kicsumázzuk.
- 2 A hagymát meghámozzuk és felkockázzuk, majd egy tálba tesszük.
- 3 A hagymához hozzáadjuk a darálthúst, a tojást, a félig megfőzött barna rizst, majd sózzuk, borsozzuk.
- 4 Az elkészített masszát a paprikákba töltjük, ami kimarad, abból pedig gombócokat készítünk.
- 5 Egy megfelelő méretű lábasban az olajból és a lisztből rántást készítünk, tűzről lehúva megszórjuk a piros paprikával és egy kevés vízzel csomómentesre keverjük.
- 6 Visszatesszük a tűzre, hozzáadjuk a sűrített paradicsomot és a vizet. Ha szükséges édesíthetjük xilittel.
- 7 Az így kapott mártásba beletesszük a töltött paprikákat és a húsgombócokat.
- 8 Lefedve, lassú tűzön kb. 1 órán keresztül főzzük.
- 9 Melegen, főtt burgonyával tálaljuk.



**Töltse le további receptjeinket  
az [auchan.hu/receptek](https://auchan.hu/receptek) oldalról!**

