

Plnená paprika

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Ryžu (1 šálka) uvaríme do mäkka a necháme ju vychladnúť. Môžeme si ju pripraviť aj deň vopred alebo použiť zvyšky ryže z predošlého dňa.

Pomleté mäso premiešame s ryžou (ideálne aby boli dva diely mäsa a jeden diel ryže), s vajíčkom, dochutíme soľou, mletým čiernym korením a roztláčenými cesnakovými strukmi a vytvarujeme gulky.

Časť guliek natlačíme do vydlabaných papriek (my to robíme tak, že odrežeme na vrchu papriky "klobúčik" aj so stopkou, odstránime žilky a papriky naplníme), zvyšné gulky budeme variť bez papriek. Do väčšieho hrnca dáme rajčinový pretlak, pridáme asi štvrt litra vody, korenie a necháme ho zovrieť. Potom stíšime teplotu, poukladáme do omáčky naplnené papriky a zvyšné mäsové gulky a na slabšej teplote varíme asi pol hodinu.

Rajčinovú omáčku potom dochutíme soľou, cukrom a prípadne čiernym mletým korením. Podávame s knedľou.

Ingrediencie

- **AT Jazmínová ryža 1 000 g** - 150 g
- **Paradajkový pretlak 200 g** - 1000 g
- **Paprika zelená** - 400 g
- **Cesnak** - 5 g
- **Mleté mäso miešanej** - 500 g
- **Cukor kryštál** - 10 g
- **Vajcia** - 50 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Nové korenie** - 0.5 g
- **Bobkový list** - 0.2 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

