



Hozzávalók:

10 szép inkább hosszúkás mint duci zöldpaprika (tévépaprika), 6 vöröshagyma, 3 paradicsom, 40 dkg csiperkegomba, 7 evőkanál olaj, 20 dkg rizs, só, 1-1 kiskanál őrölt fekete bors és borsikafű, 1 kiskanál jóféle pirospaprika, 3 gerezd fokhagyma, 1-2 evőkanál finomliszt

1. A paprikát megmossuk, kicsumázzuk. A hagymát megtisztítjuk, egyet egészben félreteszünk, a többit durvára (nem kell túl apróra) vágjuk. 2 paradicsomot meghámozunk, kockákra vágjuk. A gombát megtisztítjuk, és vékony cikkekre vágjuk vagy fölszeleteljük.
2. A hagymát 5 evőkanál olajon szalmasárgára pirítjuk, a paradicsomot meg a gombát rádobjuk. Nagy lángon 4-5 percig pirítjuk. A rizst átválogatjuk, megmossuk, lecsöpögtetjük, és egy lábasban a maradék olajon kevergetve üvegesre sütjük. A hagymás gombát a rizzsel összekeverjük, megsózzuk, a fele borssal, borsikafűvel és pirospaprikával fűszerezzük. A paprikák üregébe töltjük, amiket villával pár helyen megszurkálunk, nehogy főzés közben szétrepedjenek.
3. Csak annyi helyet hagyva, hogy a paprikák megdagadhassanak, egy lábasba rakjuk, és annyi vizet öntünk rá, hogy majdnem ellepje. A maradék hagymát, a villával megszurkált paradicsomot meg a fokhagymagerezdeket beledobjuk, kissé megsózzuk, a maradék borssal, borsikafűvel és pirospaprikával fűszerezzük.
4. Kis lángon, a forrástól számított 35-40 percig főzzük. Ha kész, a töltött paprikákat a lábasból kiemeljük, levét lisztes habarással sűrítjük, végül leszűrjük, s a paprikákat újra belerakjuk.

5 főre

Elkészítési idő: 1 óra 15 perc

Egy adag: 482 kcal