

## Töltött paprika másképpen (kapros paprikásmártással)



Hozzávalók:

8 tölteni való (tv paprika) paprika (60 dkg)

a töltelékhez:

10 dkg rizs, só, 1 közepes vöröshagyma (10 dkg), 1-2 gerezd fokhagyma, 60 dkg darált sertéscomb vagy -lapocka (lehet pulykacomb is), 1 tojás, 1-1 csapott mokkáskanál őrölt fekete bors és őrölt kömény, 1 csapott kiskanál majoránna, fél evőkanál pirospaprika, fél evőkanál só

a mártáshoz:

2 közepes vöröshagyma (20 dkg), 3-4 gerezd fokhagyma, 10-12 dkg füstölt szalonna, 1 púpozott evőkanál zsír vagy 3 evőkanál olaj, fél evőkanál só, 1-1 mokkáskanál őrölt kömény és őrölt fekete bors, 1 púpozott evőkanál jóféle pirospaprika, 1 paradicsom, 1,5 dl tejföl, 1 dl főzőtejszín, 1 púpozott evőkanál finomliszt, 1 közepes csokor kapor

1. A töltelékhez 1 deci vizet fölforralunk, a rizst beleszórjuk, kissé megsózzuk, lefödve pár percre főzzük, majd a tűzről lehúzával duzzadni hagyjuk.
2. A paprikát kicsumázzuk, vastag ereit kivágjuk, és a csöveket megmosva félrerakjuk.
3. A mártáshoz való hagymát a töltelékbe valóval együtt finomra vágjuk, ahogyan a fokhagymát is. A szalonnát apró kockákra vágjuk, lábasban, a zsírt is hozzáadva pörccsre sütjük. A pörccöt kiemeljük. A hagymát a visszamaradó zsírban kb. 5 percre fonnyasztjuk, közben kissé megsózzuk, hogy a hagyma könnyebben szétfőjön. Az egyharmadát a darált húshoz adjuk. A fokhagyma egyharmadát szintén a húshoz adjuk, a többit a hagymához adjuk. Együtt pirítjuk pár percre, a köménnyel és a borssal fűszerezzük. A pirospaprikával meghintjük, elkeverjük, 7,5 deci vizet öntünk rá. A paradicsomot belekockázzuk, lefödve kis

## Töltött paprika másképpen (kapros paprikásmártással)

lángon főzzük 15-20 percig.

4. A félpuha, már nem meleg rizst a hagymás húshoz adjuk, a tojást ráütjük, megfűszerezzük, megsózzuk. A paprikák üregébe töltjük. Villával vagy hústűvel néhány helyen megszurkáljuk, nehogy szétrepedjenek főzés közben és a pörkölt alapba rakjuk. Ha marad a húsos masszából, nedves kézzel kigombócozzuk, a paprikához adjuk. Kis lángra állítjuk, és kb. 35 perc alatt puhára főzzük. Ha kész, a töltött paprikákat a lábásból kiemeljük.

5. A tejfölt és a tejszínt a liszttel simára keverjük, majd hozzáadunk egy merőkanálnyit a forró főzőléből is. Simára keverjük, így öntjük a többihez, és kevergetve 3-4 percig forraljuk, ezalatt mártásszerűen besűrűsödik. Spiccszűrőn átszűrjük, majd a finomra vágott kaporral fűszerezzük, illetve aki nem szereti a kaprot, el is hagyhatja. A tejfölös paprikás mártást utanasózzuk, és kerülhet bele egy kevés csípős Piros Arany vagy Erős Pista is.

5. A töltött paprikákat a mártással leöntve tálaljuk. Nagytékűeknek főtt burgonyát is kínálhatunk hozzá.

5-6 főre

Elkészítési idő: 1 óra 20 perc

Egy adag (krumpli nélkül): 678 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.