

PORTIONEN

2

ZEIT GESAMT

30 min

LEVEL

easy

Rezept

GEFÜLLTE PAPRIKA MIT WALNÜSSEN

Die meisten von uns haben doch schon mal **Paprika** gefüllt. Meist mit Hackfleisch und irgendeiner Form von Reisersatz, richtig? Aber hast Du schon einmal Hackfleisch und Walnüsse als Füllung verwendet? Ich habe es gemacht und bin absolut begeistert.

An sich mal wieder aus der Not heraus geboren, weil ich gefühlt zu wenig Hackfleisch eingekauft habe. Also mussten weitere Zutaten her, die eine ausreichende Portion gewährleisten.

Als erstes habe ich 2 **Karotten** verwendet und dann noch gemahlene Walnüsse – und ich kann Dir sagen, das schmeckt einfach fantastisch!



ZUTATEN

- 3 große Paprika (Farbe nach Wahl)
- 2 mittlere **Karotten**
- 90 g Walnüsse
- 300 g Rinderhack (Bio)
- 150 g Frischkäse
- 50-70 ml **Sahne**
- 3 EL Tomatenmark
- Salz, Paprika, Chilli

Ein Traum mit Walnüssen!



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Paprika waschen und entkernen. Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden/hacken. Hackfleisch in der Pfanne anbraten, Tomatenmark und Gewürz hinzufügen.

SCHRITT 2

Walnüsse grob mahlen z.B. im Mulitzerkleinerer und zum Hackfleisch geben.

SCHRITT 3

Karotten, Sahne und Frischkäse hinzufügen und einige Minuten köcheln lassen, so dass die Karottenstückchen bissfest garen können.

SCHRITT 4

Ofen auf ca. 180 Grad Umluft vorheizen.

SCHRITT 5

In eine Auflaufform etwas Olivenöl geben, die Paprika in der Form aufstellen (Sollten sie nicht stehen bleiben, ggfs. mit einem Messer die Rundungen unten etwas glatt anschneiden, so dass sie einen Stand bekommen) und mit der Hackfleischfüllung befüllen. Danach die Paprika in den Ofen geben und für ca. 10 min darin garen.

SCHRITT 6

Danach die Paprika kurz aus dem Ofen nehmen, um diese mit Käse zu bestreuen und dann weitere 5-7 min im Ofen zu garen, bis der Käse goldbraun geworden ist.

Nun heißt es nur noch anrichten und genießen.