

# Länderküche Ukraine



## Gefüllte Paprika mit Hackfleisch und Reis in Tomaten-Sahne Soße

**Zutaten:** 8 Paprikaschoten (kleine), 100 Gramm Reis, 200 Gramm, 1- 2 Zwiebeln, Öl, 1-2 Karotten, 200 ml passierte Tomaten, 200 ml flüssige Sahne, Lorbeerblätter, etwas Zucker, Salz 6 Pfeffer, Schmand zum servieren

**Zubereitung:** Aus den Paprikaschoten den Strunk herausschneiden und die Schoten entkernen. Den Reis fast gar kochen und abkühlen lassen. Die Zwiebeln fein würfeln, in einer Pfanne mit Öl goldbraun dünsten und ebenfalls abkühlen lassen. Die Karotten schälen, und grob raspeln.

Für die Füllung den Reis, Hackfleisch, angebratene Zwiebeln und 3/4 der geraspelten Karotten gut vermengen, salzen und pfeffern. Die Paprikaschoten mit der Hackfleisch-Reis Masse füllen. In einem großen Topf schichten, jede Schicht mit den geraspelten Karotten bestreuen und die Lorbeerblätter dazwischen legen.

Für die Sauce Tomaten und Sahne in einer Schüssel verrühren, salzen, pfeffern und etwas Zucker dazugeben. Die Sauce zu den Paprikaschoten gießen. Evtl. noch mit etwas Wasser auffüllen. Der Topf sollte nicht bis zum Rand voll sein, da die gefüllten Paprika recht energisch köcheln. Auf die Oberfläche kann man einen umgedrehten Teller als Gewicht legen. Den Topf auf die Herdplatte stellen, aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und die gefüllten Paprikaschoten in ca. 2 - 2,5 Stunden gar köcheln lassen. Alternativ kann man sie auch im Topf im Backofen garen.

Vor dem servieren mit einem Löffel Schmand dekorieren.

Die gefüllten Paprika werden in der Ukraine mit dünnwandiger die Paprika zubereitet. Am besten eignen sich dafür die tennisballgroßen grünen Paprika.