

ZAPEČENA PUNJENA PAPRIKA



  Jednostavan

 90 minuta

 Za 4 osobe

SASTOJCI:

- 500gr miješanog mljevenog mesa
- svježa paprika
- luk
- češnjak
- biljno ulje
- bulgur
- tucana ljuta paprika
- pasirana rajčica
- sol, papr
- peršin list

PRIPREMA:

Bulgur namočite u zdjelici vode. Na malo masnoće popržite nasjeckani luk. Nakon što karamelizira, dodajte mljeveno meso, promiješajte, neka meso uprži i blago promijeni boju. Češnjak nasjeckajte pa dodajte mesu. Dodajte sok rajčice kako bi deglazirala meso i začinite s tucanom paprikom, paprom i solju. Skinite s vatre, ostavite da se malo ohladi pa dodajte ocijeđeni bulgur.

Zagrijte pećnicu na 180 °C.

Papriku očistite od sjemenki tako da sačuvate klobuk.

Blago nauljite posudu za pečenje u pećnici. Očišćene paprike punite mesnom smjesom i poklopite klobukom.

Zapecite u pećnici na cca 45 minuta i poslužite uz mladu salatu.

Dobar tek!













