

Faszerowana papryka mięsem, ryżem i szpinakiem



MARCHIOCHAKUCHARZY



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

papryka czerwona	4 szt
mięso mielone wołowe	500 g
szpinak mrożony	0,5 op
pomidory w zalewie pomidorowej	1 puszka
ryż	1 woreczek
cebula	1 szt
czosnek	2 ząbki
sól, pieprz, włoska przyprawa	1

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pokrojoną w kosteczkę cebulę zeszklić na oleju, dodać czosnek a po chwili mięso mielone. Usmażyć mięso i dodać szpinak. Na koniec przyprawić według uznania.

W między czasie gotujemy ryż- ok 12 min :D, po odcedzeniu rozcinamy woreczek i wsypujemy ryż do mięsa.

Przygotowane papryki umieszczamy w naczyniu. Faszerujemy aż po brzegi.

Zamykamy nafaszerowane papryki denkiem paprykowym. Do naczynia wlewamy pomidory z puszki. Przykrywamy folia aluminiową i wstawiamy do nagrzanego piekarnika do 180 stopni na 30-50 min, w zależności od tego czy lubi się miękką czy chrupiącą paprykę:)