



## TÖLTÖTT PAPIKA

### HOZZÁVALÓK

#### Töltelék

- 8 darab TV paprika, mosva és kicsumázva
- 50 g vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 10 g só, ízlés szerint
- 500 g darált hús
- 200 g rizs
- 350 g forró víz
- 10 g pirospaprika
- 1 tojás
- 2 csipet feketebors, ízlés szerint

#### Mártás

- 1000 g paradicsompüré
- 50 g zeller
- 50 g hagyma
- 5 g fokhagyma
- 10 g só, ízlés szerint
- 50-80 g cukor, ízlés szerint
- 3-4 tk Thermomix rántás (opcionális) (lásd: TANÁCSOK)

### ELKÉSZÍTÉS

#### Töltelék

1. Tegye a hagymát, a fokhagymát, a borsot, a sót, a forró vizet, a pirospaprikát a keverőedénybe, és pürésítse **30mp/8-as fokozaton**.
2. Adja hozzá a darált húst, a rizst, a tojást, és keverje **10mp/6-os fokozaton**.
3. Töltse meg a paprikákat a keverékkel, és tegye a Varoma tábla.
4. Öblítse el a keverőedényt, helyezze a Varomát a keverőedény fedelére, és párolja a paprikát **50p/Varoma/1-es fokozaton**. Ellenőrizze, hogy a paprika vége megpuhult-e.

#### Mártás

5. Öntse ki a párolóvizet, és mérjen vissza belőle 500 g vizet (lásd: TANÁCSOK). Adja hozzá a paradicsomszószt, a hagymát, a fokhagymát, a zellert, a sót, a cukrot, és turmixolja **1p/10-es fokozaton**, majd főzze **10p/100°C/1-es fokozaton**.
6. Adja a mártáshoz a rántást, és főzze **2p/100°C/1-es fokozaton**. Tálalja a töltött paprikát a paradicsommártással.

#### Tanácsok

Thermomix rántás: Tegyen 150 g olajat, és 250 g lisztet a tiszta keverőedénybe, és pirítsa **5p/120°C/2-es fokozaton**. Hűtőbe téve több hónapig is eláll.

Amennyiben nem használ rántást, öntsön 200 g párolóvizet a keverőedénybe az 5. lépésben.

A darált húsos keverékből nedves kézzel formázzon gombócokat, és párolja a töltött paprikával együtt.



Elkészítés  
15 perc



Teljes idő  
1 óra 20perc



Nehézségi fok  
könnyű



Adag  
4 adag