

Gefüllte Paprika
mit Olivenöl

Zutaten (für 4 Personen, kalt servieren):

1 Glas Reis

5 mittelgroße Zwiebeln

2 kleine Tomaten

1 Glas Olivenöl

2 EL SEEBERGER-Sultaninen

1 EL SEEBERGER-Pinienkerne

1/2 Bund Pfefferminze
(oder 2 TL getrocknete Minze)

1 Bund Dill
(oder entsprechende Menge gefrorener)

1 TL gemahlener Pfeffer

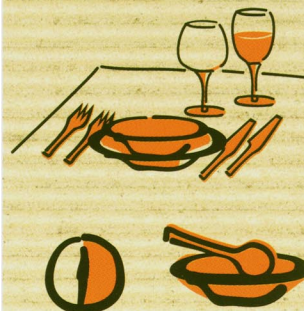
1 1/2 Gläser Wasser

Salz

Zucker

4 Paprikaschoten, mittelgroß

EIN
UNVERGESSLICHES
ERLEBNIS



Zubereitung:

Reis waschen, im Topf 3/4 Glas Olivenöl, Zwiebeln und Salz glasig dünsten. Reis hinzufügen und unter Rühren 10 Min. anbraten. Abgeschälte Tomaten, 1 EL Zucker, Pfeffer, Pinienkerne, 1/2 Glas Wasser, Sultaninen und Gewürze begeben und knapp 15 Min. kochen, dann ausdampfen lassen.

Deckel der Paprika abschneiden, den Inhalt herauslösen, Füllung hineingeben und mit der Öffnung nach oben in einen Topf setzen. 1 Glas Wasser und 1/4 Glas Olivenöl hinzufügen. Mit geschlossenem Deckel kochen, bis die Paprika weich sind und dann abkühlen lassen.

