

## 25.05. Beten in Betlehem

### Gefüllte Paprika mit Lamm-, & Rinderhack

	Zutaten für 4 Personen:
9Stück	mittlere rote Spitzpaprika
2Stück	große Tomate
600g	passierte Tomaten
0,6l	1/2l kräftige Fleischbrühe
150g	Basmatireis
2TL	TL Ras el Hanout
3EL	Olio (Olive oder Pflanzernöl)
1TL	Harissapaste
4Stück	Zwiebeln
600g	Rinderhack- & Lammhackfleisch 350g/250g
1Bund	glatte Petersilie
2TL	Zucker
1kl Becher	Naturjoghurt
	Salz und schwarzer Pfeffer ,etwas Zitronensaft

#### Zibiriting:

Reis waschen, bis das Spülwasser klar bleibt, dann in Salzwasser 5 Minuten kochen und abgießen. Zwiebeln fein würfeln.

Ras el Hanout in einer heißen Pfanne kurz anrösten, bis es duftet.

Öl und ca. die Hälfte der Zwiebelwürfel zugeben und unter Rühren anschwitzen, bis die Zwiebeln weich sind, dann abkühlen lassen.

Petersilie fein hacken, ein wenig davon zur Seite stellen

Reis, Hackfleisch, übrige Petersilie, Zwiebelmischung und 1 TL Zucker mischen, kräftig salzen und pfeffern. Fleischmischung am besten mit den Händen gründlich durchmischen. Finger NICHT abschlecken, so wie sonst immer, klar!?

Paprikaschoten waschen und mit einem kleinen Messer vom Stielansatz her der Länge nach einschneiden, den Stielansatz aber dran lassen. Kerngehäuse vorsichtig herausnehmen. Schoten mit Fleischmasse füllen. Restliche Zwiebelwürfel, Tomatenwürfel, Harissa & pürierte Tomaten in einem grande Topfo mischen und kräftig salzen, pfeffern und den restlichen TL Zucker zugeben.

Zum kochen bringen und ein paar minuti blubbern lassen. Backofen auf 200° Gradi vorheizen.

Tomatensauce in eine ofenfeste Form füllen und Paprika auf die Mischung legen.

Gerade so viel Brühe angießen, dass die Paprika etwa bis zur Hälfte darin liegen.

Mit Deckel abdecken & 40min garen.

Joghurt mit einem Schuß Zitronensaft und Salz glatt rühren und mit der Paprikaschote warm oder lauwarm servieren.

Heiß oder lauwarm, pur oder mit Fladenbrot genießen und auf jeden, jeden, jeden Fall kein Tröpfchen der genialen Sauce zurück lassen!