

פלפלים ממולאים



רכיבים

- פלפל אדום בינוניים מתאימים למילוי
- גרם בשר טחון
- בצל קצוץ
- שיני שום כתוש קצוצות
- 1/2 2/1 כוס אורז, לבן, בינוני, גרעיני, לא מועשר מושרה במים 20 דקות
- גרם פטרוזיליה קצוצה
- 1/3 3/1 כף חמוציות חצויות ושטופות
- כף מלח
- כפות שמן זית
- צנצנות רוטבעגבניות לבישול פסטה
- 1/2 2/1 כוסות מים

הכנה

1. מכינים את הפלפלים למילוי: מוציאים את הגרעינים ושומרים את "המכסה" בצד.
2. מחממים במחבת עמוקה שמן זית.
3. מטגנים בצל קצוץ ושום עד הזהבה.
4. מוסיפים את הבשר, מפוררים אותו תוך כדי טיגון ומצננים את התערובת.
5. מערבבים בקערה את האורז, הפטרוזיליה, החמוציות ותערובת הבשר.
6. ממלאים את הפלפלים עד 3/4 הגובה ומסדרים בסיר.
7. מכינים בקערה את הרוטב: מערבבים את רוטב העגבניות והמים ומוסיפים מלח פלפל לפי הטעם.
8. ממלאים את הפלפלים בעזרת מצקת עם הרוטב ומכסים אותו.
9. שופכים את יתרת הרוטב לסיר עד כ 3/4 מגובה הפלפלים ומביאים לרתיחה.
10. מבשלים על אש קטנה עם מכסה סגור כ- 40 דקות.
11. בתום הבישול, ניתן להכניס את הסיר לעשר דקות לגריל לתנור.

70 דקות

4 servings 4