

Gevulde paprika

 Bereiden in: ovenschaal

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 15 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 500 gram rundergehakt
- 1 of 2 uien
- 2 eetl. zelfgemaakte tacokruiden of 1 zakje tacokruiden kant en klaar
- Blikje mais
- 300 ml. salsasaus
- 1 zakje geraspte kaas
- 2 paprika's, kleur naar keuze
- 190 gram rijst

Voedingswaarde

•

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

Gevulde paprika

Bereiding

- 1 Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- 2 Het gehakt rul aanbraden in een boter/olie.
- 3 Nu de smaak toevoegen, 2 eetl. taco kruiden door de gehakt heen roeren.
- 4 De klein gesneden stukjes ui nu toevoegen en even meebakken tot deze glazig zijn.
- 5 Daarna de rijst en de mais toevoegen. Ook de saus maar houdt hiervan een klein beetje over.
- 6 Het dakje van de paprika's afsnijden en de zaadjes eruit halen.
- 7 De paprika's gaan als eerste leeg in de oven, 5 min. op 180 graden.
- 8 Vul de paprika's nu met het mengsel en schep een klein beetje saus als laatste er bovenop.
- 9 Doe de paprika's nu weer 5 minuten in de oven. Even de oven openen om de kaas op de paprika's doen. Oven mag nu na 5 min. uit, laat de paprika's met de kaas rusten tot de kaas smelt. Zet het dakje er nu weer op.....

Serveren

Bedek de schaal met een laagje rijst, hierop kunnen de gevulde paprikas mooi blijven staan.

image not found
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten