

ETLİ BİBER DOLMASI

Gefüllte Paprika mit Hackfleisch



Zutaten

- 8-10 St *kleine grüne Paprika* (im türkischen Supermarkt)
 - 300 g *Hackfleisch vom Rind*
 - 2 St *kleine Zwiebeln, fein gewürfelt oder gerieben*
 - 250 ml *passierte Tomaten*
 - 1 St *Knoblauchzehe, fein gewürfelt*
 - 50 g *Rundkornreis, gewaschen und abgeseiht*
 - 1-2 EL *salça (eine Mischung aus Paprika-, und Tomatenmark)*
 - 2 St *mittelgroße Tomaten, Tomatenschale abschneiden und das Fruchtfleisch reiben*
 - 1 Bund *glatte Petersilie, gehackt*
 - 80 g *weiche Butter*
 - 1 TL *Salz*
 - 1 TL *gemahlener Pfeffer*
 - 1 TL *getrocknete Minze*
 - ½ TL *Chiliflocken (pul biber)*
 - ½ Glas *Wasser*
- etwas **süzme yoğurt** (10% Fettgehalt), auch bekannt als stichfester Joghurt oder Sahnejoghurt, zum Garnieren

Zubereitung

01 Vor der Zubereitung erstmal alle Paprikas aufrecht in den Topf einsortieren, um zu sehen ob alles hineinpasst. Die grünen Paprika unter kaltem Wasser spülen. Vorsichtig den Deckel der Paprika (ca. 2-3 cm neben dem Stängel) mit einem Messer oder durch Eindrücken herauslösen. Das Innere entkernen. Geht behutsam mit ihnen um, denn sie sollten nicht an den Rändern aufreißen. Nun zur Seite legen und die Füllung vorbereiten.

02 In eine Schale die geriebenen Zwiebeln, das Hackfleisch, den gepressten Knoblauch, den Rundkornreis, den man vorher waschen sollte, das salça, die weiche Butter und etwa die Hälfte der passierten Tomaten geben. Die Gewürze Salz, Pfeffer, getrocknete Minze, getrocknete Chiliflocken (pul biber) und die gehackte Petersilie hinzufügen. Zunächst die Schale der Tomaten etwa im Durchmesser der Paprika-Öffnung schneiden (nicht zu dünn) und zu Seite legen. Anschließend die geschälten Tomaten in die Füllung reiben und gut durchmischen.

03 Vorher etwas Butter in den Topf geben. Dann die zubereitete Füllung mit Hilfe eines Löffels vorsichtig in die Paprikaschoten einfüllen. Nicht ganz voll machen. Die gefüllten Paprika werden dann mit den dicken Tomatenschalen abgedeckt und verschlossen. So werden alle weiteren Paprikaschoten zubereitet

bis der Topf voll ist. Anschließend noch ein halbes Glas Wasser und den Rest der passierten Tomaten über die Paprikaschoten geben.

04 Mit einem Teller, der etwas kleiner als der Durchmesser des Topfes ist, werden die gefüllten Paprikas abgedeckt. Nur so bleibt während des Kochens alles da, wo es bleiben muss.

05 Kurz ankochen und dann bei leichter bis mittlerer Hitze unter ständiger Kontrolle ca. 30 Minuten vor sich her köcheln lassen. Einige Male den Deckel bzw. Teller anheben und kontrollieren, ob noch genug Wasser vorhanden ist. Wenn der Reis in der Paprikafüllung durch ist bzw. die Paprika eine leicht gelbliche Färbung annehmen, ist es fertig!

06 Beim Anrichten auf dem Teller kann man etwas von der Flüssigkeit im Topf über die geöffnete Paprika geben, bzw. mit Joghurt, Petersilie und Chiliflocken garnieren.

Afiyet olsun!

VIDEO <http://goo.gl/YDnFB>

