



Täytetyt paprikat ja tomaatit

Aineet: Ainekset 4 annokseen:
4 suurta pihvitomaattia (n. 600 g)
4 suurta vihreää tai punaista paprikaa (n. 500 g)
sokeria
suolaa
vastajauhettua mustapippuria
80 g pitkäjyväistä riisiä
1 iso sipuli
8 rkl oliiviöljyä
300 g naudan jauhelihaa
riipaus jauhettua maustepippuria
1/2 nippua persiljaa
2 tuoretta mintun oksaa
400 g perunoita, kiinteäksi kypsyviä
3 rkl tomaattipyreetä

Valmistus: Huuhdo tomaatit ja paprikat ja leikkaa jokaisesta toinen pää "kanneksi". Koverra tomaateista sisus pikkulusikalla ja ota talteen.

Puhdista paprikat ja koverra ontoiksi.

Ripottele tomaattien sisään hieman sokeria, suolaa ja pippuria, paprikoihin suolaa ja pippuria.

Pane riisit haaleaan veteen, jotta ne juuri peittyvät, ja anna turvota noin 15 min.

Kuori ja silppua sipuli.

Kuumenna 4 rkl oliiviöljyä pannulla ja kuullota sipulia keskilämmöllä.

Lisää pannuun jauheliha, murentele se ja ruskista, kunnes lihaneste on haihtunut.

Muhenna tomaattien sisus ja sekoita jauhelihan joukkoon.

Mausta seos suolalla ja musta- ja maustepippurilla.

Valuta riisit ja sekoita jauhelihan joukkoon.

Lisää 1,25 dl vettä ja esikypsytä koko seosta miedolla lämmöllä kannen alla noin 10 min.

Säädä uuni kuumenemaan 180 asteeseen.

Hienonna yrtit ja sekoita riisi-jauheliyhaseoksen joukkoon.

Täytä koverretut tomaatit ja paprikat seoksella, aseta "kannet" paikoilleen ja lada vierä viereen vuokaan.

Kuori perunat, leikkaa tukeviksi lohkoiksi ja pistele vuokaan kasvisten väleihin.

Sekoita keskenään tomaattipyree, 4 rkl oliiviöljyä ja 2,5 dl kiehuva vettä ja valele kasvisten päälle.

Kypsennä ruokaa uunin keskiosassa noin 1 tunti. Tarjoa suoraan vuoasta.