

Rezept des Monats - Februar

Paprika-Hack-Pfanne mit Reis

Zutaten für 4 Portionen:

3	Paprika
2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
2EL	Olivenöl
600g	Rinderhackfleisch
Salz und Pfeffer	
125ml	Gemüsebrühe
1	Express-Reis (250g)
400g	passierte Tomaten



1. Schritt:

Paprika putzen, waschen und grob würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln grob und Knoblauch fein würfeln

2. Schritt:

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Hack darin ca. 6 Minuten unter Wenden braten, dabei mit dem Pfannenwender grob zerkleinern. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hack herausnehmen und vorbereitetes Gemüse im Bratfett ca. 5 Minuten braten. Mit Brühe ablöschen.

3. Schritt:

Reis, Hack und Tomatensoße in die Pfanne geben. Aufkochen, in der geschlossenen Pfanne ca. 5 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.