Gefüllte Spitzpaprika

Kategorien: Gemüse, Vegetarisch, Vorspeisen
Land / Stil: k.A. / k.A.
Bewertung: (noch nicht bewertet)



Zutaten

6 rote Spitzpaprika (fürn Papa nimmst gelbe, weil er die roten ned vertragt)
250 g Basmatireis
1 Packung chinesisches Pfannengemüse (Tiefkühl)
200 g reduzierter Frischkäse
1 Stück Ingwer
250 ml Gemüsesuppe

Zubereitung

Die Paprika längs halbieren.
Kerngehäuse und weiße Trennwände entfernen.
Reis nach Packunganschrift kochen.
Tiefkühlgemüse nach Vorschrift zubereiten.
Reis und Gemüse gründlich durchmischen und in die Paprikahälften füllen.
Diese dann in eine gefettete Auflaufform setzen und den Frischkäase in Flocken darauf vertreilen.
Den Ingwer fein reiben und unter die Gemüsesuppe rühren.
Zum Gemüse dazugießen.
Die gefüllten Paprikas im Heißluftofen bei 180°C (Ober-, Unterhitze: ca. 200°C) etwa 20 Minuten überbacken.