



Bunte Paprika alla Dollmoi

Zubereitung

Die Fülle

Die Deckel der Paprika mit samt dem Kerngehäuse heraustrennen, Kerne sorgfältig entfernen. Petersilienblätter grob abzupfen und fein hacken, die Stängel (nicht wegwerfen) und Zwiebeln fein hacken und in einer Pfanne glasig anschwitzen. Gut Abkühlen lassen. Die Brotwürfel, den gehackten Petersil, Milch, Eier, den Inhalt der Pfanne, BONA Knoblauchöl und das Mehl in eine grosse Schüssel geben und zu einer homogenen Masse verrühren. Falls erforderlich etwas Mehl oder Wasser zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit feuchten Händen Knödel bzw. Gebilde formen die später gut in die Paprika passen. In der Zwischenzeit Wasser in einem großen Topf aufkochen lassen, salzen und die Knödel einlegen. Das Wasser nicht zu stark wallen lassen, sonst zerfallen die Knödel. Die Knödel ca. 10 Minuten leicht sieden lassen, aus dem Wasser nehmen und in die Paprika füllen.

Die Tomatensauce

BONA Pflanzenöl erhitzen und Zwiebel grob schneiden - bei mäßiger Hitze glasig anschwitzen. Tomaten, Petersilie, Zucker und Petersil zugeben und kurz köcheln lassen. Einen Schuss BONA Knoblauchöl dazugeben. Backrohr auf 220 Grad vorheizen. Die Paprika in eine Auflaufform setzen, die Tomatensauce zugeben - nach belieben mit Cocktailtomaten und geriebenem Käse garnieren. Im Backrohr ca. 30 Minuten überbacken -> Servieren! Guten Appetit!

Dieses Rezept (+Foto) stammt von BONAFamilie-Fan Jutta Dollmann.

Zutaten

Zutaten:

4 große oder acht kleine bunte Paprika

Für die Fülle:

250 g altbackenes Brot in Würfel geschnitten

50 g Butter

1 Stk. Zwiebel weiss

1 Stk Zwiebel rot

Knoblauchzehen nach belieben

1 Bd. frischer Petersil

3 Eier

250 ml Milch

3 EL Mehl

Salz

Pfeffer

Für die Tomatensauce:

2 Dosen Tomaten geschält

1 kleine Zwiebel(n) (weiss)

2 EL BONA Knoblauchöl

1 Prise Zucker

1EL BONA Pflanzenöl

1 EL Salz

1 Prise Pfeffer

Petersilie gehackt

Für die Garnierung:

Cocktailtomaten

Käse