
Pomidory i papryki nadziewane ryzem

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1871 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 20 min.

4 zielone papryki,

4 duze pomidory,

1 cebula drobno pokrojona,

2 lyzki zielonej pietruszki drobno pokrojonej,

200 g brazowego ryzu,

25 g rodzynekow,

6 lyzek oliwy z oliwek,

1 lyzeczka mielonego ziela angielskiego,

400 ml wrzacej wody,

200 ml soku pomidorowego,

sol, pieprz.

1. Papryki i pomidory umyc, osuszyc. Z pomidorow scisc wierzcholki i wyjac miazsz. Z papryk odciac nasade razem z szypulka, usunac nasiona, wyplukac.

Miazsz z pomidorow oraz scieta wierzcholki pomidorow i papryk zachowac.

2. Na patelni rozgrzac 4 lyzki oleju, wlozyc cebule, smazyc 3-4 min, az bedzie szklista. Dodac ryz, miazsz z pomidorow, zielona pietruszke, sol, pieprz,

ziele angielskie i 400 ml wody. Gotowac na malym ogniu 20 min. Dodac rodzynki. Wymieszac.

3. Przygotowane pomidory i papryki napelnic ryzem. Ulozyc w naczyniu do zapiekania, przykryc odcietymi wierzchołkami. Polac sokiem pomidorowym wymieszanym z 2 lyzkami oliwy. Przykryc folia aluminiowa. Piec 45-50 min w temp.

180żC. Podawac gorace lub zimne.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 41 "Kuchnia wegetariańska", strona 42.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)