

von Marlen

Reisaufwurf

für 4 Personen

Zutaten

200 g Reis, 400 g gemischtes Hackfleisch, 20 ml Olivenöl, 2 Zwiebeln, 2 Paprikaschoten, 2 Zucchini, 30 g Tomatenmark, 4 Tomaten, 50 ml Rotwein, 2 Lorbeerblätter, 2 Esslöffel getrocknetes Oregano, 100 g Schafskäse, 200 g milder geriebener Käse, 1 Chilischote, 2 Teelöffel Paprikapulver, 1 Teelöffel Cayennepfeffer, 1 Esslöffel Salz



Zubereitung

1. den Reis kochen
2. die Zwiebeln würfeln
3. die Paprika würfeln, die Zucchini in Scheiben schneiden, die Tomaten würfeln
4. die Chilischote klein schneiden, 3/4 der Kerne entfernen
5. Olivenöl in der Pfanne heiß werden lassen
6. Hackfleisch scharf anbraten, Tomatenmark und Zwiebeln zugeben
7. alles mit Rotwein ablöschen
8. Paprika zugeben und ca. 5 Minuten anbraten
9. Zucchini zugeben und alles 10 Minuten weich werden lassen
10. Backofen auf 200° vorheizen
11. Tomaten, Chili, Lorbeerblätter, Cayennepfeffer, Paprikapulver, Salz und Oregano zugeben
12. Schafskäse fein würfeln
13. Reis mit dem Gemüse, dem Schafskäse und der Hälfte des geriebenen Käses mischen
14. Auflaufform einölen
15. Mischung in die Auflaufform geben und mit dem geriebenen Käse bestreuen
16. Auflauf abdecken und 20 Minuten mit geschlossenem Deckel überbacken

Zeitbedarf

1 Stunde