



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

Gefüllte Paprikaschoten mit Olivenöl

Zeytinyağlı Biber Dolması



30 Paprikaschoten
1 ½ Glas Reis
¾ Glas Olivenöl
3 Zwiebel
4 große Tomaten
1 KL Tomaten
1 KL Pfeffer
1 EL trockene Minze
½ Bunt Petersilie
2 Würfelzucker
Auf die Oberfläche:
2 feste Tomaten

- # Reis auslesen und 15-20 Minuten im lauwarmem Wasser stehen lassen.
- # Zwiebel sehr fein zuschneiden und in Olivenöl einige Male wenden und andünsten danach Reis hinzugeben und mit Pfeffer und Salz würzen.
- # Nach einer Weile geriebene Tomaten und ein Glas lauwarmes Wasser hinzugeben.
- # Auf mittlerer Hitze so lange köcheln lassen bis die Flüssigkeit verdampft ist.
- # Kurz bevor vom Herd genommen wird Petersilie und Minze hineingeben und den Deckel schließen und eine Zeit lang ziehen lassen.
- # In der Zwischenzeit die Paprikaschoten an der Stielseite aushöhlen, auswaschen und abtropfen lassen.
- # Die Paprika mit der Füllmasse (nicht zu dicht) füllen und mit Tomaten die Öffnungen schließen.
- # In den Topf einreihen und zwei Gläser Wasser und Würfelzucker hinzugeben. Auf mittlerer Hitze 30-35 Minuten kochen.
- # Lauwarm oder kalt servieren.

Tipp: In der Originalrezeptur der gefüllten Paprikaschoten mit Olivenöl sind Pinienkerne und Korinthen enthalten.