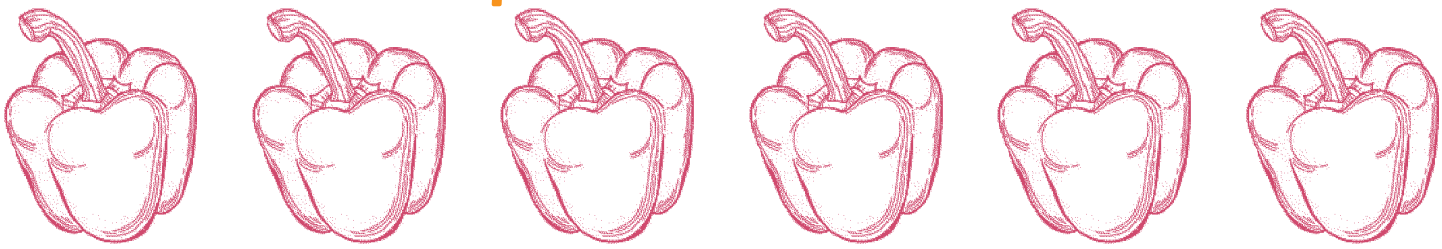
Dolmas, gevulde paprika

Recept van Kudret



Dit heb je nodig

Zes groene paprika's om te vullen
200 gram witte rijst
100 gram bulgur
200 gram rundergehakt
1 grote ui
1 volle eetlepel tomatenpuree
Peper en zout

Zo maak je het klaar

- Uitje fijn snipperen en in een scheutje olie op zacht vuur glazig laten worden.
- Tomatenpuree erdoor roeren.
- Gehakt erbij, goed rullen.
- Vuur uit.
- Bulgur en rijst erdoor roeren.
- Zout en peper toevoegen.
- Een half glaasje water erbij doen en even roeren.
  Niet teveel, want dan wordt het papperig.
- Laat het rijstmengsel afkoelen.
- Snijdt van de paprika's het kapje eraf.
- Vul de paprika's, schep ze niet al te vol met het rijstmengsel en zet de kapjes er weer op.
- Zet de paprika's in een pan waar samen precies in passen. Doe een glas water in de pan en zet een deksel op de pan.
- Breng aan de kook en laat het geheel daarna op de laagste stand een half uur tot drie kwartier sudderen.
- Zodra de rijst wat zacht is, is het klaar.
- Zet de paprika op je bord en haal het kapje eraf.

de kraamvogel