

Gefüllte Paprika mit Linsenbolognese

Zutaten

3 rote Paprika, Deckel abgetrennt und entkernt
20 g Öl und etwas mehr zum Einfetten
1 Zwiebel, halbiert
400 g Möhren, in Stücken
1 Dose stückige Tomaten (400 g)
200 g rote Linsen
200 g Wasser
90 g Tomatenmark
1 TL Salz
½ TL Paprika rosenscharf
½ TL Paprika geräuchert
3 Prisen Pfeffer
1 TL Zucker
1 TL Majoran

Zubereitung

Zwiebel und Möhren in den Mixtopf geben, 5 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Öl zugeben und 5 Minuten / 120°C / Stufe 2 dünsten. Tomaten, Linsen, Wasser, Tomatenmark, Salz, Paprika, Pfeffer, Zucker und Majoran zugeben, einmal mit dem Spatel verrühren. Anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen, 25 Minuten / 100°C / LL / Stufe 2 garen. In dieser Zeit den runden Zaubermeister (oder eine Auflaufform) einfetten. Die Paprika mit Linsenbolognese füllen und in die vorbereitete Form geben. Im Airfryer Costum / 180 Grad / 18 Minuten (alternativ im vorgeheizten Backofen 20 Minuten bei 180 Grad) backen. Auf Wunsch Mixtopf spülen und im Thermomix (oder Friend) während der Backzeit Reis als Beilage zubereiten.

Die Bolognese ist für 6 Paprikaschoten berechnet. Da ich nur 3 Schoten brauche, habe ich die restliche Bolognese eingefroren. Gibt es dann irgendwann mal zu Nudeln 😊

Das Rezept ist nach eigenem Geschmack / Equipment abgewandelt. Das Original ist hier zu finden:

www.cookidoo.de / „Gefüllte Paprikaschoten mit Linsenbolognese“

