

Gefüllte Paprika Bauern- Art

Zutaten

- 2 rote Paprikaschote(n)
- 2 gelbe Paprikaschote(n)
- 150 g Blattspinat, tiefgefroren
- 100 g Champignons, frisch
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 g Hackfleisch, gemischt
- 250 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Bauern-Topf mit Hackfleisch
- 40 g Käse, gerieben
- etwas Zimt

Zubereitung

1. Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (Umluft 150°C) vorheizen.
2. Paprikaschoten waschen, jeweils den Deckel abschneiden, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in eine Auflaufform (20x30 cm) geben. Blattspinat auftauen lassen und die Flüssigkeit ausdrücken. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hackfleisch darin anbraten. Blattspinat zugeben und ca. 5 Min. dünsten. Champignons ebenfalls zum Hackfleisch zugeben. Wasser zugießen. MAGGI Fix für Bauern-Topf mit Hackfleisch einrühren und zum Kochen bringen. Mit Zimt würzen und abschmecken.
4. Die Paprikaschoten füllen und mit Käse bestreuen. Die gefüllten Paprika im Backofen ca. 25 Min. backen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	10 g
Energie	251 kcal
Fett	15 g
Protein	17 g

🕒 43 Minuten

⊕ 4 Portionen