Paprika Gemüse Reis mit Hackfleisch Bällchen

Zutaten für 6 Personen
6 – 7 bunte Paprika, entkernt, in Stücke geschnitten
2 Karotten, in Würfel geschnitten
½ Zwiebel, grob geschnitten
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
6 – 8 Cherrytomaten, halbiert
500ml Gemüsebrühe, Instand
1 Dose Tomatenfleisch, 400ml
300ml Reis

Hackfleisch Bällchen
250g Rinderhackfleisch, bewusst wenig Hackfleisch
½ Zwiebel, fein gewürfelt
1 Ei
5 EL Semmelbrösel
¼ TL Majoran
Salz, Pfeffer und etwas Chili

www.witt-pc.de

So funktioniert es!
Zuerst den Reis in die Ofenhexe geben.
Brühe, Tomatenfleisch und Tomatenmark dazu geben und verrühren, bis sich das Tomatenmark aufgelöst hat.
Darauf folgt das gemischte Gemüse.

Achtung! Das Gemüse nicht Unterrühren, der Reis muss am Boden der Ofenhexe bleiben.

Die Hackfleisch Bällchen!
Hackfleisch mit den Zutaten kräftig gewürzt, gut mischen und etwas Tischtennis große Bällchen formen

Die Hackfleisch Bällchen, gleichmäßig auf dem Gemüse verteilen

Backofen auf 220C O/U vorheizen!
Auf 2. Schiene von unten, mit dem Zauberstein abgedeckt für 35 - 40 Minuten backen.
Anschließend den Zauberstein entfernen und für weitere 10 Minuten, mit Umluft backen, bis die Bällchen eine leicht knusprige Oberfläche haben.

Mein Tipp!
Paprika Gemüse Reis, nach dem Backen für 10 Minuten auf dem Kuchengitter ziehen lassen.

Guten Appetit!

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481