

## Schmeckt perfekt



Rezept von Richard Rauch

### Gefüllte Paprika mit Paradeiser-Ingwer-Sauce

**1 Stunde/aufwendig**



---

### Zutaten für 4 Personen

2 rote Paprika, 2 gelbe Paprika, 2 altbackene Semmeln (1-2 Tage alt), 600 g faschiertes Schweinefleisch, 2 kleine Zwiebeln, 4 Zweige Petersilie, 1 EL grobkörniger Senf, 1 TL getrockneter Majoran, 2 Eier, Salz, Pfeffer, Basilikum.

Für die Paradeiser-Ingwer-Sauce: 1 mittelgroße Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 2 Lorbeerblätter, 5 EL Olivenöl, 2 EL Paradeisermark, 1 TL Paradeiserflocken, 1 Msp. gemahlener Ceylon-Zimt, 100 g Ingwer, 1 Bio-Orange, 500 g Ochsenherzparadeiser, Salz, Cayennepfeffer, 1/2 TL Staubzucker.

### Zubereitung

Von den Paprika jeweils den Deckel samt Stengel abschneiden und beiseite legen.

Die Semmeln in grobe Stücke schneiden und in warmem Wasser einweichen. Semmeln gut ausdrücken und mit dem Faschierten in eine Schüssel geben.

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Petersilie fein hacken. Alle Zutaten zu einem glatten Fleischteig verkneten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Masse in die ausgehöhlten Paprika füllen. Die Paprika davor am unteren Ende etwas einschneiden. So kann die Luft entweichen und es passt mehr Fleisch in die Paprika. Die Paprika mit den zuvor abgeschnittenen Deckeln verschließen.

Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Paradeiser kreuzweise einritzen und im sprudelnden Wasser 30 Sekunden überkochen. In Eiswasser abschrecken und die Haut abziehen. Paradeiser sechsteln, den Strunk entfernen.

Zwiebel und Knoblauch in heißem Olivenöl in einer Schmorpfanne anschwitzen. Die Paradeiser dazugeben mit Paradeisermark, Paradeiserflocken, geriebener Orangenschale, geriebenem Ingwer, Salz, Zimt, Cayennepfeffer und Lorbeerblättern würzen. Orange auspressen und den Saft dazugeben.

10 Minuten köcheln lassen und die gefüllten Paprika in die Pfanne setzen. Im Rohr bei 180 °C Umluft 40 Minuten schmoren.

Die Sauce eventuell mit Staubzucker abschmecken.

Gefüllte Paprika mit Paradeiser-Ingwer-Sauce auf Tellern anrichten, mit Basilikum dekorieren.