

## ***Polar's Kochstudio***

### *Polar's gefüllte Paprikaschoten*

#### **Zutaten:**

*1 kg Thüringer Mett / Gehacktes Halb & Halb  
6 rote große Paprika  
1 große Zwiebel  
2 Brötchen  
Salz und Pfeffer  
Mondamin Soßenbinder (hell)  
1 Fl. Pusstasoße o.ä. (Cetchup)  
ca 50gr Margarine  
1 Ltr. Wasser*

#### **Zubereitung:**

*Die Paprika am Stiel ringsherum aufschneiden und die Innerei rausnehmen, dann waschen und abtropfen lassen.  
Beide Brötchen einweichen in einem kleinem Gefäß, später Flüssigkeit ausdrücken.  
Das Mett/Hack mit den Brötchen, Salz und Pfeffer vermengen.  
In einem großen Topf/Pfanne die Margarine zerlaufen lassen, die zerkleinerte Zwiebel darin andünsten, Wasser zugeben und die Pusstasoße/Cetchup untermischen.  
Das Mett/Hack mittels Gabel in die Paprikaschoten füllen und diese in die kochende Soße geben. Das Ganze ca. 30 min. Bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Die Paprikaschoten gelegentlich wenden.*

*Danach die Paprikaschoten aus dem Topf / Pfanne nehmen und die Soße mit dem Mondamin andicken.*

*Dazu kann man Kartoffeln oder Reis servieren.*

***Zubereitungszeit ca. 40 min.***

***Bon Appetit***