

Перец фаршированный

Одно из моих любимых блюд –фаршированный перец с мясом и рисом.

Рецепт фаршированного перца мясом и рисом пришел к нам из болгарской кухни. Это блюдо очень простое и вкусное. Фаршированный перец – замечательное блюдо на праздничный стол, а главное сытно и очень вкусно. Сладкий болгарский перец, фаршированный мясом и рисом не только вкусное, оно еще и красивое, особенно, когда берете для приготовления плоды двух цветов. Вкусный, ароматный болгарский перец, фаршированный мясом и рисом - просто пальчики оближешь!

Вам потребуется:



перец - 1кг; мясо - 500г; рис - 3/4 стакана; лук репчатый - 3 шт.; масло сливочное - 50г; томатный сок - около 1л (можно заменить бульоном, водой); зелень петрушки, , соль - по вкусу.

Приготовление:



У стручков перца срезать верхушки вместе с плодоножкой, удалить стержень с семенами, промыть в холодной воде.



Для фарша мелко нарезанный лук пассируют на сливочном масле до золотистого цвета, затем добавляют перебранный и промытый рис, по желанию вливают томатный соус или нарезаны свежие помидоры, немного воды и варят под крышкой 10-15 минут. Сваренный до полуготовности рис смешивают с мясным фаршем, приправляют солью, черным молотым перцем и зеленью петрушки. Наполнить этим фаршем стручки перца.



Наполненные фаршем перцы плотно уложить в широкую низкую кастрюлю, залить бульоном (можно водой или томатным соусом) и тушить на слабом огне до готовности, примерно 30-40 минут.

Можно подавать на плоской тарелке нарезанным кружочками, украсить зеленью петрушки.

Приятного аппетита!