

GEFÜLLTE PAPRIKA MIT TOFU UND VEGETARISCHEM HACKFLEISCH



GEDRAUCHTE BRESC PRODUKTE



Gehackte Schalotte
1000g



Gehackter Knoblauch
1000g



Gehackter Knoblauch
450g



Gelbes thailändisches
Curry 450 g



Grüne und rote
Pfefferschote WOK 450g



Ingwerpüree 450g

ZUTATEN

4

- 4 Paprika
- 300 g vegetarisches Hackfleisch
- 1 Ei
- 0,5 dl Kokosnussmilch
- 30 g Bresc sjalotten gehakt (gehackte Schalotten)
- 20 g Bresc WOKpeper (WOK Pfeffer)
- 2 Tomaten
- 10 g Bresc Citroengraspuree (Zitronengraspuree)
- 10 g Bresc Gemberpuree (Ingwerpüree)
- 10 g Bresc Knoblook gehakt (gehackter Knoblauch)
- 20 g Thai yellow curry (thailändisches gelbes Curry)
- 150 g Tofu
- 2 Frühlingszwiebel 2 g geschnittenes Thai-Basilikum
- 5 g gehackter Schnittlauch
- 10 g geschnittener Koriander
- Öl zum Braten
- Reis
- Chili-Sauce

ZUBEREITUNG

Den Ofen vorheizen. Die Paprikaschoten oben abschneiden und aushöhlen. Die Tomaten vierteln und die Kerne entfernen. In Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebel in Ringe und den Tofu in kleine Würfel schneiden. Mit Schalotte, Paprika, Ingwer und Zitronengras in etwas Öl anbraten. Die Tomaten hinzufügen. Hackfleisch, Ei, Kokosmilch und Kräuter unterrühren und die Paprika mit der Mischung füllen. Die Paprika 20 bis 30 Minuten bei 180 Grad backen. Mit Reis und Chilisauce servieren.

BRESC



Zitronengraspüree 450g