



Slowakije

Plená paprika v paradajkovej omáčke

Gevulde paprika's in tomatensaus

6 groene puntpaprika's
1 klein kopje langgraanrijst
250 gr. rundergehakt
1 kleine ui
1 teen knoflook
1 ei
majoraan
½tl. heet paprikapoeder

1 ui
1 teen knoflook
2 blikken tomaat
½ tl. heet paprikapoeder
2 laurierbladeren
3 - 5 pimentkorrels
1 dl. sterke groentebouillon
2 el. bloem
zout en peper

De rijst kook je in twee keer haar hoeveelheid gezouten water. Twintig minuten op het allerkleinste vuurtje met gesloten deksel, dan is het gaar. Doe de rijst in een schaal en laat het afkoelen.

Ondertussen maak je de saus. In een pan waar straks alle paprika's naast elkaar in passen. Snipper de ui. Die bak je in wat boter of olie heel rustig glazig. De laatste twee minuten mag de gehakte teen knoflook erbij. Haal de pan even van het vuur en strooi er het paprikapoeder over. Doe er meteen de bouillon en de inhoud van de blikken tomaat bij. Druk de tomaten met een houten lepel tegen de rand van de pan stuk. Doe er de laurier en de pimentkorrels bij, breng het aan de kook, zet het vuur laag en laat de saus heel zachtjes pruttelen.

Nu gaan we verder met de paprika's. Snij de steelaanzet uit de paprika's en verwijder de zaadlijsten. Met een smalle lepel kun je de paprika's makkelijk leeghalen.

Hak het uitje en de teen knoflook zo klein mogelijk. Die gaan bij de afgekoelde rijst. Meng er het gehakt, het ei, paprikapoeder, een snuf zout en een tl. majoraan door. Kneed het een paar minuten goed door. Met dit mengsel vul je de paprika's. Als je nog wat vulling over hebt maak je er kleine balletjes van. Leg de gevulde paprika's en (evt.) de balletjes in de saus. Breng het opnieuw aan de kook en laat het heel zachtjes gaan tot de gevulde paprika's gaar zijn. Neem er de tijd voor: laat ze rustig een uurtje badderen.

www.ajvar.nl



Slowakije

Als de paprika's goed zijn en de tomaten in de saus hebben zich gescheiden van de olie haal je de paprika's uit de saus. Meng de bloem met wat water of -nog lekkerder- met een dl. zure room. Daarmee bind je de saus. Laat het even opkoken tot je saus een mooie dikte heeft. Breng de saus zo nodig nog op smaak met zout en/of peper. Zet het vuur laag, leg de paprika's terug en warm ze nog even grondig door.