Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Paprikaschoten mit Reis-Schinken-Füllung

Ein Rezept von Paprikaschoten mit Reis-Schinken-Füllung, am 07.10.2026

Zutaten

100 g	Langkornreis
8	kleinere Paprikaschoten
2 EL	Butter
125 g	Mozzarella
	Pfeffer
	1/4 l Gemüsebrühe
100 g	Sahne
	Salz
1	große Zwiebel
1 Bund	Petersilie
250 g	gekochter Schinken
1	Ei
1 EL	Tomatenmark

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Den Reis in kochendem Salzwasser etwa 10 Min. vorgaren. Inzwischen die Paprikaschoten waschen, jeweils einen Deckel abschneiden und zur Seite legen. Die Paprikaschoten von Kernen und Häutchen befreien und innen salzen.

2. Die Zwiebel schälen und fein hacken, in knapp 1 EL Butter kurz anschwitzen. Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blättchen fein hacken. Den Mozzarella abtropfen lassen und mit dem Schinken in feine Würfel schneiden.

3. Den Reis abtropfen lassen und mit Zwiebel, Petersilie, Mozzarella und Schinken mischen. Salzen und pfeffern, das Ei untermischen. Die Paprikaschoten damit füllen.

4. Die übrige Butter in einem weiten Topf erhitzen, die Schoten nebeneinander hineinsetzen und kurz anbraten. Mit der Brühe ablöschen, die Paprikadeckel aufsetzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 40 Min. schmoren lassen. Tomatenmark und Sahne unter die Sauce rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.