

Punjena paprika sa sojinim ljuspicama



težina: **srednje**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **80 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **3 glavice**crnog luka
- **1**šargarepa
- **200 gm**levenog mesa
- **1/2 šolje**sojinih ljuspica
- **po ukusu**so
- **po ukusu**suvi biljni zacin
- **po ukusu**biber
- **1 kašica**peršuna
- **1 kašika**mlevene paprike
- **1 šolja**pirinca
- **9 svežih**paprika
- **500 ml**vode
- Sos:
- **500 ml**paradajz sosa
- **3 cen**abelog luka
- **1 kašica**brašna
- **2 kašice**ulja

Priprema

Luk izdinstati na malo ulja i vode zajedno sa rendanom šargarepom. Dodati meso, sojine ljuspice (prethodno potopljene u vodi i proceene). Kada je meso dinstano dodati pirinac, mlevenu papriku i so. Papriku oprati, izdubiti i puniti smesom. Naliti vodom i kuvati dok ne omekšaju oko 20 minuta. Sos: Propržiti malo brašno sa uljem, dodati paradajz sos, beo luk preliti paprike i staviti ih još 10 minuta da se krckaju. Staviti u rernu da se zapeku oko 15 minuta na 200 stepeni.

Savet