

Hackfleisch - Reis - Auflauf

Zutaten:

200 g Reis
500 g Hackfleisch
100 g geriebener Käse
500 g passierte Tomaten
2 grüne Paprika
3 Möhren
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Eier
1 TL Oregano
Salz, Pfeffer, Olivenöl



Zubereitung:

- Reis etwa 10 Minuten kochen.
- Paprika klein schneiden.
- Möhren raspeln.
- Zwiebel und Knoblauch klein hacken.
- Beides in Öl glasig dünsten.
- Hackfleisch zugeben und krümelig braten.
- Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.
- Tomatenpüree, Möhren, Paprika unter das Hackfleisch mischen.
- Gut abgetropften Reis ebenfalls unterrühren.
- Eier untermengen und alles gut vermischen.
- Auflaufmasse in eine gefettete Auflaufform füllen.
- Bei 250° C 15 Minuten backen.
- Geriebenen Käse über den Auflauf streuen.
- Auflauf bei 200° C etwa 30 Minuten fertig backen.