



# Paprika -Gehacktes - Risotto

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schneller, herzhafter Risotto für jeden Tag, kocht sich ganz von allein

## Zutaten

- 250 g Express Reis oder Rundkorn Reis
- 250 g gemischtes Hackfleisch, zerbröseln
- 400 g Glas Tomaten Sugo
- 125 ml Gemüsebrühe Instant
- 2 mittelgroße Paprikaschoten, rot, gelb, grün, geputzt, entkernt in 2 cm großen Stücken
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 1/2 Tl Rosenpaprika
- 2 El Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

In einem Bratentopf mit heißem Öl das Gehackte scharf anbraten, dabei wenden, rühren.

### Schritt2

Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Paprikastücke dazu geben, Alles ca. 5 min. braten, mit Rosenpaprika, Salz und Pfeffer würzen.

### Schritt3

Mit der Gemüsebrühe und dem Tomaten Sugo aufgießen, den Reis dazu geben.

### Schritt4

Bei kleiner Hitze und geschlossenem Deckel ca. 8 min. schmoren, garen bis der Risotto lecker - "schlotzig " ist.

## Schritt5

Ev. noch mit einem frischen Balkan Salat zu Tisch geben

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** einfach, für jeden tag, preiswert, schnell

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)457
- Fett (g)15
- KH (g)59
- Eiweiss (g)19
- Ballast (g)6

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/paprika-gehacktes-risotto/>