

Ardei umpluti cu sos de rosii si usturoi



Ingrediente:

- 14 ardei (1 kg)
- 600 g. carne macinata (porc+vita)
- 2 cepe de marime medie
- 2-3 morcovi mici
- 4 catei de usturoi
- 1 ou
- 125 g. orez
- 1 legatura mica-patrunjel
- sare, piper
- ulei de floarea soarelui
- 1 litru **bulion de rosii** sau sos de rosii

Mod de preparare:

Se scoate capacul ardeilor, se curata de seminte si se spala bine. Ceapa, usturoiul si morcovii se curata si se spala, dupa care se toaca cat mai marunt.

Se pun la calit intr-un vas cu cateva linguri de ulei; se lasa foc moderat si se amesteca din cand in cand.

Cand legumele incep a se rumeni usor, se adauga orezul, sarea, piperul si boia dulce ori iute, cine vrea ☐

Se mai lasa putin pe foc si se adauga verdeata. Se amesteca totul

foarte bine si se lasa la racit.

Se condimenteaza carnea macinata (sare,piper, etc.) si se amesteca cu oul.

Cand amestecul de legume si orez s-a racit, se adauga la carne. Se amesteca bine cu lingura si se potriveste de gust.

Se umplu ardeii cu compozitia rezultata si se aseaza intr-o cratita incapatoare, in picioare.

Se toarna peste ei bulionul si inca aprox. 200-300 ml (o cana marisoara) de apa.

Se lasa la fiert, la foc domol, cu capac, pana cand sint gata, adica dupa cca. 45 de minute, maxim 1 ora.

Se servesc simpli sau cu smantana □

Reteta preluata de la Maya