Gefüllte Tomaten und Paprika
Etli Domates ve Biber Dolmasi

Etli Domates ve Biber Dolması ist ein traditionelles türkisches Gericht, bei dem Tomaten und Paprika mit einer Mischung aus Hackfleisch, Reis und Gewürzen gefüllt werden. Es ist ein herzhaftes und aromatisches Gericht, das oft als Hauptgericht serviert wird.
Etli Domates ve Biber Dolması ist nicht nur lecker, sondern auch reich an Nährstoffen und eignet sich hervorragend für ein gemütliches Familienessen.

Herkunft: Türkei
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 Fleischtomaten
4 Paprika
50 g Margarine
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer

Für die Füllung

400 g Rinderhack
2 Zwiebel(n)
40 g Reis
1 Bund Dill
1 Bund Petersilie

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Tomaten waschen und flachen Deckel abschneiden, das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel aushöhlen. Dill und Petersilie waschen und fein hacken.

Zubereitung

Das Hackfleisch, die Zwiebeln, Dill und Petersilie und das Tomatenmark zu einem Fleischteig kneten. Die ausgehöhlten Tomaten mit dem Hackfleischteig füllen, den Deckel wieder aufsetzen und in einem Topf aufreihen. Mit Fettlocken belegen und mit Wasser begießen und bei Mittelhitze zugedeckt 30 bis 35 Minuten dünsten.

© 2026 coquina.de