



**Parkland-Klinik**  
Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie

REZEPT  
DES MONATS

---

**Gefüllte  
Paprikaschote mit  
Hackfleisch**

## Zutaten für 4 Personen

4	Paprikaschoten
500 g	Rinder - Hackfleisch
1	kleine Zwiebel, fein gewürfelt
	Gemüsebrühe
	Gewürze

## Zubereitung

- Die Paprika vom Kerngehäuse befreien und gründlich waschen.
- Das Hackfleisch nach Geschmack würzen, die Zwiebel dazu geben und abschmecken
- Die Paprika mit der Hackfleischmasse füllen, in eine Auflaufform setzen und mit etwas Gemüsebrühe angießen.
- Im Backofen bei 180 °C 35 -40 Minuten garen.

*Guten Appetit!*