Gevulde paprika met gehakt en kaas

Diner

Gevulde paprika met gehakt en kaas

Soms heb je gewoon zin in een gerecht dat er niet alleen fantastisch uitziet, maar ook nog eens heerlijk smaakt. Nou, deze gevulde paprika met gehakt en kaas zijn precies dat! Ze zijn supermakkelijk te maken, zitten bomvol smaak én zien er gezellig uit op tafel. Perfect voor een doordeweekse avond, maar ook een topper als je eters krijgt!

De combinatie van sappig gekruid gehakt, zoete paprika en gesmolten kaas is echt onweerstaanbaar. En wist je dat je stiekem extra groente in de vulling kunt verwerken? Denk aan fijngehakte courgette, wortel of champignons – zo eet je op een smaakvolle manier meer groente zonder dat het opvalt. Ideaal voor lastige eters!

Serveer de gevulde paprika's als een complete maaltijd, of combineer ze met rijst of aardappeltjes voor een extra vullend diner.

Tip! Liever wat pittiger? Voeg een snufje chilipoeder of een schepje sambal toe aan het gehakt.

Extra tip: Bekijk ook eens ons recept voor **rijst met pittig gehakt**, als je zin hebt in iets met een beetje pit!

ingrediënten

Voor 4 personen - 40 min

4 Rode paprika's

1 Bosui

1 Ui

1 teentje Knoflook

300 gram Rundergehakt

1 blikje Mais

1 eetlepel Pikante paprikapoeder

2 eetlepels Tomatenpuree

200 ml Zure room

Handje Geraspte kaas

Snufje Peper en Zout

bereidingswijze

1. Zet de oven op 200°C. Snipper de ui en snijd de bosui in ringetjes (houd wat apart voor de garnering). Snijd de paprika's doormidden en verwijder de zaadjes. Leg ze alvast klaar in een ovenschaal.

2. Verhit een beetje olie of boter in een pan en bak de ui, bosui en knoflook glazig. Voeg het gehakt toe en bak rul. Breng op smaak met paprikapoeder, peper en zout. Roer daarna de tomatenpuree erdoor en laat even meebakken. Voeg als laatste de uitgelekte mais toe en laat het mengsel een paar minuten pruttelen.

3. Extra groente? Snijd wat courgette, wortel of champignons fijn en meng deze door het gehakt. Zo wordt de vulling nog voedzamer!

4. Schep het gehaktmengsel in de paprikahelften. Bestrooi met de overgebleven bosui en geraspte kaas. Zet de gevulde paprika's 15 minuten in de oven, tot de kaas mooi gesmolten is.

5. Haal ze uit de oven, schep er een lepel zure room op en… smullen maar!

6. Serveeridee: Deze paprika's zijn heerlijk op zichzelf, maar je kunt ze ook combineren met rijst, quinoa of een portie gebakken aardappeltjes voor een nog stevigere maaltijd.

7. Eet smakelijk!