

Vegetarische Rezepte

Äpfel Mit Curryreis Füllung

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Obst, Pilz, Vegetarisch, Weihnachten, Backen

3 Essl. Pilze, getrocknet, gemischt	1 Essl. Butterschmalz
4 Essl. Sojasauce	3 Essl. Sud vom Paprika
1 Tas. Reis	Salz
2 Teel. Curry	Pfeffer
1 Ingwerwurzelstück a 1 cm	4 Boskop-Äpfel je ca. 100 g
75 g Paprikaschote (Glas)	

Gemischte Pilze in der Sojasauce ungefähr 1/2 Stunde einweichen. Reis kochen, den Curry zugeben.

Die Ingwerwurzel schälen und klein hacken, Paprika würfeln. Pilze abtropfen lassen und im heißen Butterschmalz kräftig anbraten. Mit dem Sud ablöschen; Ingwer, Paprika und die Sojasauce zugeben. Den Reis untermengen.

Von den Äpfeln einen 2 cm dicken Deckel abschneiden. Äpfel aushöhlen, dabei 1 cm des Fruchtfleisches stehen lassen.

Die Äpfel mit der Reis-Pilz-Mischung füllen, im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) in 15 Minuten fertig garen.