# **Paprika-Hack-Pfanne** (4 Pers.)

| | |
|---|---|
| **Je 1 rote, gelbe + grüne Paprika** | Putzen, waschen und grob würfeln. |
| **2 Zwiebeln** | Zwiebeln schälen und würfeln. |
| **2 EL Öl**<br>**600 g Hackfleisch**<br>**Salz**<br>**Pfeffer** | Öl in Pfanne erhitzen. Hackfleisch darin krümelig anbraten.<br>Mit Salz und Pfeffer abschmecken.<br>Aus der Pfanne nehmen. |
| 250 ml Gemüsebrühe | Paprika- und Zwiebelwürfel in heißem Bratöl andünsten.<br>Mit Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen lassen. |
| 1 Packung (250 g) Expressreis | Hackfleisch, Reis und Tomatensoße zufügen.<br>Alles zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen.<br>Mit Salz und Pfeffer abschmecken. |
| | |
| **Variante:**<br>250 g Speisequark<br>125 g Schmand<br>Salz<br>Pfeffer<br>Paprikapulver | Glatt rühren und würzen.<br><br>Quark-Dip zur Hackpfanne reichen.<br>Lecker! |