

Dolmeh: gefüllte Paprika

6 Personen	
8	Paprika, Auberginen
1 Tasse	Reis
300 gr.	Gehacktes
300 gr.	Kräuter: Marzieh, Minze, Gschnitz, Petersilie, Tarchun
$\frac{1}{2}$ Tasse	Lappe
300 gr.	Zwiebeln
2 Eßl.	Tomatenmark
1	Zitrone
1 Eßl.	Zucker
Gewürze: Salz, Pfeffer, Kurkuma	

Reis und Lappe jeweils vorkochen, mit dem Gehacktem und den Kräutern mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Zwiebeln in Ringe schneiden, anbraten, Würzen und mit Tomatenmark und Wasser verrühren. Saft einer Zitrone und 1 Essl. Zucker dazugeben.

Paprika und Auberginen mit dem Reisgemisch füllen und in die Soße setzen.

2h auf niedriger Stufe schmoren lassen.

[/https://nooshejann.com/2015/12/dolmeh/#comments](https://nooshejann.com/2015/12/dolmeh/#comments)