Фаршированный перец

Нужно:

- Перец болгарский (сладкий) - 6-7 шт.
- Морковь - 1-2 шт.
- Лук репчатый - 1 шт.
- Помидор - 1 шт.
- Рис басмати - 130 г
- Рис дикий - 1 столовая ложка
- Сметана - 100 г
- Лавровый лист - 5-6 листочков
- Черный перец молотый - щепотка
- Масло растительное

Инвентарь:

- Терка

Получается: 3-4 порции

Приготовление:

1. Овощи моем, чистим. У перца вырезаем середину, оставляя перец целым.
2. На сковороде, на растительном масле обжариваем натертую морковь и средне порезанный лук. Солим, перчим. Обжариваем до золотистого цвета, примерно 5-7 минут. Добавляем крупно порезанный помидор. Обжариваем еще несколько минут.
3. Пока овощи обжариваются, ставим вариться рис в подсоленной воде. Сначала варим только дикий рис, 10 минут. Затем добавляем рис Басмати (или любой рис) и варим еще примерно 10 минут, до готовности риса.
4. Откидываем рис на дуршлаг, при необходимости промываем.
5. На сковороду с овощами выкладываем рис, все перемешиваем. Обжариваем 2-3 минуты.
6. Кипятим чайник.
7. Набиваем каждый перец фаршем из овощей и риса. Выкладываем в кастрюлю, таким образом, чтобы фарш не вывалился из перца. Кладем лавровый лист, заливаем перец до половины горячей водой, солим.
8. Сверху выкладываем сметану.
9. Тушим под крышкой на среднем огне 20-25 минут.

Приятного аппетита! :)