

# Papeika Tomaten Reis Auflauf

---



## Zutaten (2–3 Portionen)

- 200 g Reis (Langkorn oder Parboiled)
- 1 Zwiebel
- 1 Paprikazehe
- 2 Paprika (rot/gelb)
- 1 Dose gehackte Tomaten (400 g)
- 250 ml Gemüsebrühe (heiß)
- 1–2 EL Olivenöl
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)
- ½ TL Oregano oder italienische Kräuter
- Salz, Pfeffer
- 100 g geriebener Käse (z. B. Gouda oder Mozzarella)

## Zubereitung

1. Reis in Salzwasser ca. 8–10 Minuten vorgaren, abgießen.
2. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln, Paprika in Streifen oder Würfel schneiden.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel glasig dünsten, Paprika kurz mitbraten (2–3 Minuten).
4. Gehackte Tomaten, Brühe und Gewürze zugeben, 5 Minuten leicht köcheln lassen.
5. Reis unter die Sauce mischen, alles in eine Auflaufform geben.
6. Käse darüberstreuen.
7. Bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 30–35 Minuten backen, bis der Auflauf saftig und oben leicht gebräunt ist.