

## Hackfleisch - Reis - Auflauf

### Zutaten:

200 g Reis  
500 g Hackfleisch  
100 g geriebener Käse  
500 g passierte Tomaten  
2 grüne Paprika  
3 Möhren  
1 Zwiebel  
3 Knoblauchzehen  
2 Eier  
1 TL Oregano  
Salz, Pfeffer, Olivenöl



### Zubereitung:

- Reis etwa 10 Minuten kochen.
- Paprika klein schneiden.
- Möhren raspeln.
- Zwiebel und Knoblauch klein hacken.
- Beides in Öl glasig dünsten.
- Hackfleisch zugeben und krümelig braten.
- Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.
- Tomatenpüree, Möhren, Paprika unter das Hackfleisch mischen.
- Gut abgetropften Reis ebenfalls unterrühren.
- Eier untermengen und alles gut vermischen.
- Auflaufmasse in eine gefettete Auflaufform füllen.
- Bei 250° C 15 Minuten backen.
- Geriebenen Käse über den Auflauf streuen.
- Auflauf bei 200° C etwa 30 Minuten fertig backen.