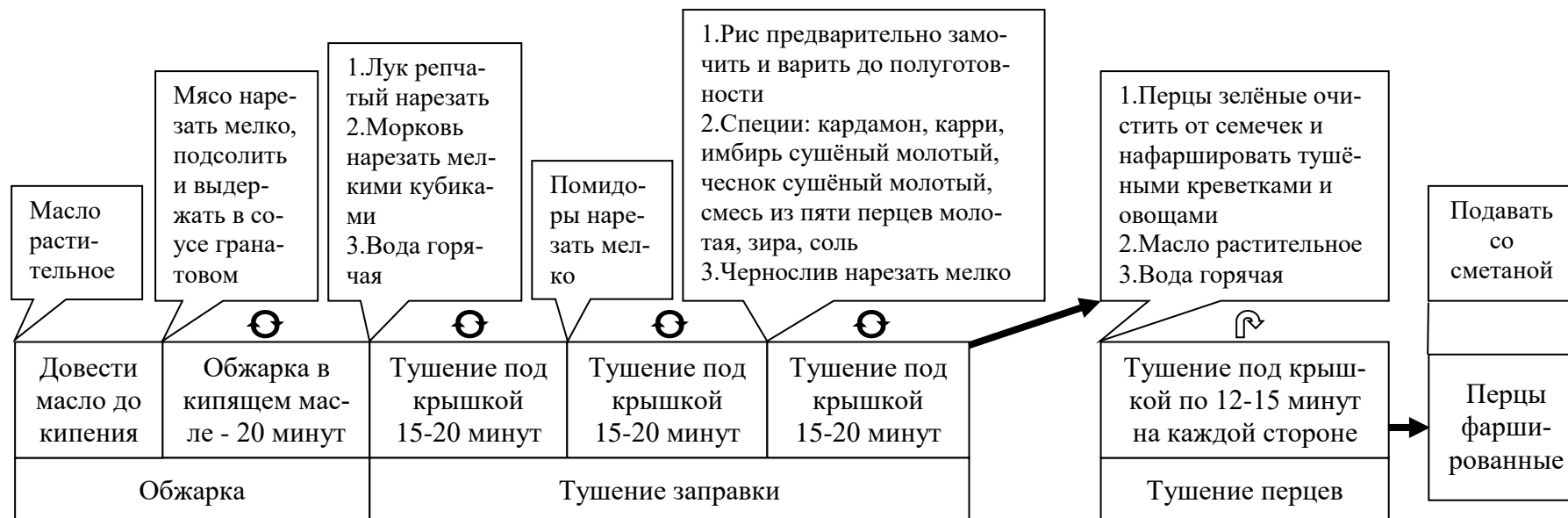


## Перец зелёный, фаршированный мясом и черносливом "Любительский" (khurs.ru - 2015)



1. Гуляш говяжий охлаждённый – 0,8 кг
2. Морковь – 5-6 шт.
3. Лук репчатый – 6-7 шт.
4. Чернослив сушёный мягкий – 250 г.
5. Перец зелёный – 18-20 шт.
6. Рис – неполный стакан
7. Масло растительное – 150-200 г
8. Сметана – по вкусу
9. Соус гранатовый "Наршараб"
10. Кардамон
11. Карри
12. Имбирь сушёный молотый
13. Чеснок сушёный молотый
14. Смесь из пяти перцев молотая
15. Зира
16. Соль – 1,5 ст. ложка
17. Вода горячая

⊕ - перемешать  
↺ - перевернуть



## Перец зелёный, фаршированный мясом и черносливом "Любительский"



1. Нарезаем говядину мелко



2. Солим говядину



3. Берём соус гранатовый "Наршараб"



4. Поливаем говядину соусом гранатовым



5. Перемешиваем и настаиваем говядину с соусом гранатовым



6. Отмеряем рис



7. Замачиваем рис в воде



8. Отмеряем соль для варки риса



9. Варим рис в подсоленной воле



10. Полу готовый рис промываем холодной водой



11. Берём лук репчатый



12. Чистим и режем лук репчатый средними квадратиками

## Перец зелёный, фаршированный мясом и черносливом "Любительский"



13. Берём морковь



14. Чистим и режем морковь мелкими кубиками



15. Берём помидоры



16. Нарезаем помидоры мелко



17. Берём чернослив сушёный без косточек



18. Нарезаем чернослив мелко



19. Берём перцы зелёные



20. Очищаем перцы зелёные от семян



21. Составляем пропорции специй



22. Отмеряем соль для тушения овощей



23. Берём масло растительное



24. Берём сметану

## Перец зелёный, фаршированный мясом и черносливом "Любительский"



25. Наливаем масло растительное в казан и доводим до кипения



26. Кладём мясо в кипящее масло



27. Обжариваем мясо в кипящем масле



28. Кладём лук репчатый в казан



29. Кладём морковь в казан, добавляем немного горячей воды



30. Тушим овощи под крышкой на малом огне



31. Перемешиваем мясо и овощи



32. Кладём помидоры в казан



33. Перемешиваем содержимое казана



34. Тушим мясо и овощи под крышкой на малом огне



35. Тушим мясо и овощи без крышки на малом огне



36. Кладём рис в казан

## Перец зелёный, фаршированный мясом и черносливом "Любительский"



37. Кладём специи и соль в казан



38. Кладём чернослив в казан



39. Тщательно перемешиваем содержимое казана



40. Тушим под крышкой на малом огне



41. Заправка для перцев готова



42. Фаршируем перцы и укладываем в кастрюлю



43. Наливаем масло растительное в сковороду, зажигаем огонь



44. Укладываем фаршированные перцы в сковороду



45. Тушим фаршированные перцы под крышкой на малом огне



46. Тушим фаршированные перцы периодически переворачивая



47. Подаём фаршированные перцы на стол



48. Добавляем к фаршированным перцам сметану