

## Gefüllter Paprika als Gemüsesuppe

150 g Reis garen

200 g Tatar

2 grosse Dosen Tomaten

0,5 L Hühnerbrühe

1 grosse Zwiebel würfeln

3 grosse Paprika Würfeln und in einen grossen Topf geben,  
kochen bis das Gemüse bissfest ist. Mit

Oregano, Pfeffer und Salz würzen, nach dem servieren mit

3 EL Parmesan bestreuen

**Guten Appetit**

**4 Portionen**

**Energiewert**

**1100 Kcal gesamt**

**nach WeightWatchers**

**22 Smart Points gesamt**

**WeightWatchers-Fitformel**

**Kohlehydrate, Eiweiß**

**geeignet zum**

**Sofort oder später genießen**

Viel Spass beim Nachkochen.

