



Boodschappenlijst

Gevulde paprika met rijst en groenten

Voor 4 personen

- | | |
|--|---|
| ☐ 4 grote paprika's (gemengde kleuren) | ☐ 100 g geraspte kaas |
| ☐ 200 g langkorrelige rijst | ☐ 2 el olijfolie |
| ☐ 1 ui | ☐ 1 kl oregano |
| ☐ 2 teentjes knoflook | ☐ 1 kl paprikapoeder |
| ☐ 400 g tomatenblokjes (uit blik) | ☐ een handvol verse peterselie |
| ☐ 150 g maïskorrels (uit blik of diepvries) | ☐ zout en peper |