

Oosterse uien

- 8 grote uien
- 2 teentjes knoflook
- 1 rode paprika
- 2 tomaten
- 6 eetlepels gare rijst

Leg de gepelde uien 5 minuten in kokend water, spoel ze af en hol ze uit. Hak de helft van het uitgeholde fijn en bak dit met de knoflook en de in stukken gesneden paprika. Maak een mengsel van deze massa en de rijst en vul er de uien mee. Bedek een ingevette schaal met schijfjes tomaat, leg hier de uien op.

Bak 30 minuten bij 180-200 graden.

P please don't print this recipe unless you really need to.
Plantaardige recepten voor een betere wereld.
[Steun Plenty Food](http://www.plentyfood.nl)

