**Рецепт тефтелей с рисом в томатно-сметанном соусе**

**Ингредиенты**

Мясной фарш (любой) – 500 г

Рис – 1/2 стакана

Яйцо – 1 шт.

Репчатый лук – 1 шт.

Соль – по вкусу

Чёрный молотый перец – по вкусу

Специи для мяса – по вкусу

Базилик – по вкусу

**Ингредиенты для томатно-сметанного соуса**

Вода – 200 мл

Томатная паста – 3 ст. л.

Сметана – 1 ст. л.

Перец душистый горошком – 3-4 шт.

Мука – 1 ст. л.

Масло сливочное – 25-30 г

Лук репчатый – 2 шт.

Морковь – 1 шт.

Вишнёвые веточки – 4-5 шт.

Растительное масло – для обжарки овощей

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Как приготовить тефтели с рисом в томатно-сметанном соусе на сковороде? Подготовим продукты. Фарш для тефтелей можно взять любой. Рис отвариваем до полуготовности.

**Шаг 2**

Репчатый лук очищаем и нарезаем кубиками. Обжариваем его на растительном масле до прозрачности.

**Шаг 3**

Морковь чистим и натираем на крупной тёрке. Перекладываем в миску.

**Шаг 4**

Две луковицы нарезаем крупнее, чем в первый раз, и тоже перекладываем в отдельную миску.

**Шаг 5**

К мясному фаршу добавляем соль, яйцо, отваренный до полуготовности рис, базилик и специи для мяса.

**Шаг 6**

Затем добавляем в фарш обжаренный лук со сковороды, всё хорошо перемешиваем и пока отставляем в сторонку.

**Шаг 7**

Теперь обжариваем лук в глубокой сковороде для приготовления соуса, до золотистого цвета, перекладываем к нему морковь и обжариваем вместе до готовности.

**Шаг 8**

Приготовим томатно-сметанный соус для тефтелей с рисом. В миску наливаем стакан воды, добавляем соль, томатную пасту, сметану и чёрный перец горошком. Перемешиваем.

**Шаг 9**

Затем кладём в соус столовую ложку муки и снова перемешиваем. Муку можно слегка обжарить на сухой сковороде.

**Шаг 10**

Формируем из подготовленного фарша небольшие шарики и выкладываем их на обжаренные овощи в глубокую сковороду, выдерживая небольшое расстояние друг от друга.

**Шаг 11**

Заливаем приготовленным томатно-сметанным соусом и дополнительно кладём кусочки сливочного масла. Масло придаст соусу сливочный вкус.

**Шаг 12**

Ставим сковороду на плиту и доводим до кипения. Когда соус забурлит, можно добавить веточки вишни, которые придадут особый аромат и вкус блюду.

**Шаг 13**

Сковороду накрываем крышкой и тушим тефтели с рисом 20 минут на слабом огне. Затем переворачиваем их и продолжаем тушить ещё 10 минут.

**Шаг 14**

Приготовленные тефтели с рисом в томатном соусе перекладываем со сковороды на тарелку, поливаем томатно-сметанным соусом со сковороды и подаём с гарниром и овощами. Блюдо получилось очень вкусным, ароматным и сытным.

Приятного аппетита!