

## Rezept

# Bratreis mit Gewürz-Cashews

Ein Rezept von Bratreis mit Gewürz-Cashews, am 28.06.2026

## Zutaten

2	Knoblauchzehen	200 g	Champignons
250 g	Weißkohl	2	Möhren
60 g	Cashewkerne	½ TL	Cayennepfeffer
1 TL	Currypulver	1 TL	Paprikapulver edelsüß
1 EL	neutrales Öl	1 TL	Sesamöl
1 TL	Fünf-Gewürze-Pulver	350 g	kalter gekochter Reis (aus 150 g Basmatireis)
3 - 4 EL	Sojasauce		Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

## Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Champignons mit Küchenpapier abreiben und in Scheiben schneiden. Den Weißkohl waschen und ggf. halbieren oder vierteln. Den Strunk entfernen, den Kohl in Streifen schneiden. Die Möhren putzen, mit dem Sparschäler schälen und in Scheiben schneiden.
2. Die Cashewkerne mit einem schweren, scharfen Messer grob hacken.
3. Den Wok erhitzen und die Cashews darin unter Rühren ohne Fett anrösten, bis sie duften. Mit Cayennepfeffer, Curry- und Paprikapulver bestäuben. Die gerösteten Nüsse umrühren und sofort aus dem Wok nehmen, da sie sonst nachbräunen.
4. Beide Öle im Wok erhitzen. Knoblauch, Champignons, Weißkohl und Möhren hineingeben und unter Rühren ca. 1 Min. braten. Mit Fünf-Gewürze-Pulver bestäuben. Den gegarten Reis dazugeben und unter Rühren ca. 3 Min. mitbraten. Die Sojasauce und 2 - 3 EL Wasser unterrühren. Mit den Gewürz-Cashews mischen und mit Pfeffer abschmecken.