

Rezept

Curry-Reissalat

Ein Rezept von Curry-Reissalat, am 29.03.2023

Zutaten

200 g Langkornreis	Salz
1 kg Erbsenschoten (oder 350 g TK-Erbsen)	600 g Kohlrabi
100 g Mandelstifte	1 EL Erdnusscreme (Glas)
2 EL Mayonnaise	150 g saure Sahne
1 TL Currypulver	Saft von ½ Zitrone
1 TL flüssiger Honig	3 Frühlingszwiebeln

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 550 kcal

Zubereitung

1. Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Erbsenschoten aufbrechen und die Erbsen aus den Hülsen streifen. Kohlrabi schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Gemüse in kochendem Salzwasser 6-8 Min. garen. Reis und Gemüse abgießen und kalt abschrecken. Abtropfen lassen.
2. Die Mandelstifte ohne Fett goldbraun rösten, vom Herd nehmen. Erdnusscreme, Mayonnaise, saure Sahne und 1 EL warmes Wasser glatt rühren, mit Currypulver, Zitronensaft und Honig würzen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden.
3. Reis, Gemüse und Currysauce vorsichtig vermengen und kurz ziehen lassen. Mit Salz abschmecken und mit Mandeln und Frühlingszwiebeln anrichten.