

Rezept

Frühlingszwiebel-Reis

Ein Rezept von Frühlingszwiebel-Reis, am 09.06.2026

Zutaten

1 Bund Frühlingszwiebeln	4 Eier
Salz	Pfeffer
2 EL Öl	1 EL helle Sojasauce
1 EL Sojasauce mit Pilzgeschmack (Asienladen, ersatzweise helle Sojasauce)	750 g kalter, gekochter Reis (aus 300g Reis)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 330 kcal

Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln waschen und putzen. Den weißen und hellgrünen Teil schräg in feine Ringe schneiden. Die Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen.

2. Erst den Wok, dann das Öl darin erhitzen. Den Reis mit einer Gabel auflockern und im Wok bei starker Hitze 3-4 Min. pfannenrühren, bis er leicht gebräunt ist. Beide Sojasaucen darüber träufeln und untermischen. Die Frühlingszwiebeln unterheben und 1 Min. unter Rühren mitbraten.

3. Die Eimasse über den Reis gießen und unter stetigem Rühren stocken lassen.