

Rezept

Garnelen-Reis

Ein Rezept von Garnelen-Reis, am 04.10.2024

Zutaten

1 EL Rapsöl	100 g Naturreis
250 ml Gemüsebrühe	125 g geschälte gegarte Pazifikgarnelen
Salz	Pfeffer
1 EL Sojasauce	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 272 kcal

Zubereitung

1. Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen und den Reis darin glasig dünsten. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und zugedeckt 40-45 Min. bei kleiner Hitze quellen lassen.
2. Die Garnelen klein hacken – nach Belieben auch einige ganz lassen – und 5 Min. vor Ende der Quellzeit unter den Reis heben.
3. Den Reis offen 5 Min. ausdampfen lassen, vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken.