

Rezept

Gebratener Reis

Ein Rezept von Gebratener Reis, am 10.06.2023

Zutaten

1 Pak choi (ersatzweise 1/2 Chinakohl)	1 rote Paprikaschote
200 g Zuckerschoten	200 g Austernpilze
4 Schalotten	6 EL Öl
600 g gekochter Reis (300 g roh)	2 EL Reiswein
2 EL Sojasauce	Salz
2 Eier	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

Zubereitung

- 1.** Gemüse waschen und putzen. Pak choi in Streifen schneiden. Paprika in dünne Streifen schneiden. Pilze mit Küchenpapier abreiben und in Streifen schneiden. Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden.

- 2.** Die Hälfte vom Öl im Wok oder in einer großen Pfanne heiß werden lassen. Reis darin braten und wieder herausnehmen. Übriges Öl erhitzen. Die Schalotten darin unter Rühren etwa 1 Min. braten, das ganze klein geschnittene Gemüse dazugeben und bei starker Hitze unter ständigem Rühren etwa 3 Min. braten.

- 3.** Mit Reiswein, Sojasauce und eventuell Salz abschmecken. Reis untermischen und heiß werden lassen. Eier verquirlen, über den Reis und das Gemüse geben und garen, bis das Ei nicht mehr flüssig, aber auch nicht trocken ist.