

## Rezept

# Gebratener Reis mit Hackfleisch

Ein Rezept von Gebratener Reis mit Hackfleisch, am 08.06.2023

## Zutaten

<b>125 g</b> Langkornreis (oder 250 g gegarter Reis vom Vortag)	Salz
<b>1 Stange</b> Lauch	<b>1</b> getrocknete Chilischote
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (ca. 4 cm)
<b>1 EL</b> süße Chili-Sauce	<b>2</b> Eier
<b>¼ Bund</b> Koriander	<b>3 EL</b> Sojasauce
<b>250 g</b> gemischtes Hackfleisch	<b>4 EL</b> neutrales Öl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 850 kcal

## Zubereitung

1. Den Reis mit ¼ l Wasser und Salz zum Kochen bringen und zugedeckt bei sehr schwacher Hitze in 15 - 20 Min. körnig ausquellen lassen. Offen abkühlen lassen, mindestens 2 Std., noch besser über Nacht.
2. Die Chilischote im Mörser zerstoßen. Vom Lauch die Wurzeln und welke grüne Teile abschneiden. Den Lauch der Länge nach aufschneiden und gründlich waschen, auch zwischen den Schichten. Den Lauch in ca. ½ cm breite Streifen schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Eier mit der Chili- und der Sojasauce gründlich verrühren. Den Koriander waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken.
3. Den Wok erhitzen und 2 EL Öl hineingeben. Den Reis gleichmäßig im Wok verteilen. Die Hitze etwas reduzieren und den Reis ca. 2 Min. braten, bis er knusprig wird. Dabei nicht rühren. Den Reis in Stücken wenden und noch einmal ca. 2 Min. braten. Den Reis auf einem Teller zugedeckt warm halten.
4. Das übrige Öl in den Wok geben und Lauch, Ingwer, Knoblauch und Chili darin bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 1 Min. braten. Das Hackfleisch dazugeben und bei starker Hitze unter Rühren ca. 2 Min. braten, bis es nicht mehr rot ist. Den Reis wieder untermischen und noch einmal richtig heiß werden lassen. Die Eiermischung untermischen und auf der abgeschalteten Herdplatte rühren, bis sie gestockt, aber nicht trocken ist. Mit Salz abschmecken und vor dem Servieren mit dem Koriander bestreuen.