

Rezept

Indonesischer Reissalat

Ein Rezept von Indonesischer Reissalat, am 23.04.2024

Zutaten

150 g Basmatireis	Salz
100 g TK-Erbsen	100 g Bambusschösslinge (Dose)
1 Möhre	100 g Mungobohnensprossen
3-4 Blätter Chinakohl	2 EL Öl
2 EL Zitronensaft	3 EL Gemüsebrühe
1-2 TL Sambal Oelek	2 EL geröstete, gesalzene Erdnusskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Den Reis in kochendem Salzwasser in ca. 15 Min. garen, dabei in den letzten 5 Min. die Erbsen dazugeben. Gut abtropfen lassen.

2. Die Bambusschösslinge abtropfen lassen, die Möhre schälen, beides in feine Stifte schneiden. Die Mungobohnensprossen in einem Sieb kalt abbrausen, den Chinakohl waschen, putzen, trocken tupfen und klein schneiden.

3. Das Öl mit Zitronensaft, Brühe, Salz und Sambal Oelek zu einem Dressing verquirlen, die vorbereiteten Zutaten darin wenden. Herzhaft abschmecken und die Erdnusskerne aufstreuen.