

Rezept

Reis mit Zitronenerbsen

Ein Rezept von Reis mit Zitronenerbsen, am 23.04.2024

Zutaten

2 Kochbeutel 10-Minuten-Langkornreis (je 125 g)	Salz
4 Frühlingszwiebeln	1/2 Bio-Zitrone
2 EL Butter	500 g TK-Erbesen
150 g Sahne	1/2 Bund Petersilie oder Basilikum
50 g frisch geriebener Parmesan	Pfeffer
1 Prise frisch geriebene Muskatnuss	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

Zubereitung

1. Für den Reis in einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Den Reis darin 10 Minuten kochen lassen.

2. Schon während das Wasser heiß wird, von den Frühlingszwiebeln Wurzelbüschel und welke grüne Teile abschneiden. Die Zwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und 2-3 TL Saft auspressen.

3. In einem Topf 1 EL Butter zerlassen. Die Frühlingszwiebeln mit den unaufgetauten Erbsen darin andünsten. Sahne aufgießen, zugedeckt in etwa 4 Minuten bei mittlerer Hitze bissfest garen.

4. Petersilie oder Basilikum abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Kochbeutel aus dem Wasser heben, Beutel aufreißen und den Reis mit etwa 50 ml Kochwasser zu den Erbsen geben. Die übrige Butter in Flöckchen, Petersilie oder Basilikum, Zitronenschale und den Parmesan ebenfalls dazugeben und alles so lange durchrühren, bis der Reis sämig wie ein Risotto ist. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Dazu am besten noch mehr geriebenen Parmesan reichen.