

Rezept

Schwarze Reismudeln mit Artischocken

Ein Rezept von Schwarze Reismudeln mit Artischocken, am 14.04.2024

Zutaten

200 g schwarze Reismudeln	4 eingelegte Artischockenherzen
2 Zweige Thymian	¼ Bund Schnittlauch
2 Bio-Zitronen	2 EL Butter
2 EL Fischsauce	½ EL Reissessig
½ TL Kurkuma	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 530 kcal, 13 g F, 9 g EW, 92 g KH

Zubereitung

1. Die Reismudeln in ausreichend Wasser 4 Min. kochen, dann in ein Sieb abgießen und in eine Schüssel mit eiskaltem Wasser geben.

2. Die Artischockenherzen vierteln oder achteln. Den Thymian und den Schnittlauch abbrausen und trocken schütteln. Thymianblättchen von den Zweigen streifen, Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Zitronen heiß waschen und halbieren. 1 Zitronenhälfte in dünne Scheiben schneiden und diese jeweils vierteln, aus den übrigen Hälften den Saft auspressen.

3. In der Pfanne die Butter bei kleiner Hitze schmelzen. Zitronensaft, Fischsauce, Reissessig, Kurkuma und den Thymian dazugeben. Alles kurz sanft köcheln lassen, damit sich die Zutaten verbinden. Dann die Artischocken und die Zitronenstücke in die Pfanne geben und 1 Min. garen.

4. Die Reismudeln in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und auf Teller verteilen. Den Artischocken-Zitronen-Mix daraufgeben und alles mit dem Schnittlauch bestreuen. Sofort servieren!