

Rezept

Tomatenreis mit Thymian

Ein Rezept von Tomatenreis mit Thymian, am 14.04.2026

Zutaten

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl	200 g Langkornreis
650 ml heiße Gemüsebrühe	400 g Tomaten
6-7 Zweige Thymian	Salz
Cayennepfeffer	Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin kurz andünsten. Reis dazugeben und kurz mitdünsten. Brühe dazugießen und den Reis bei mittlerer Hitze nach Packungsanweisung garen.
2. Inzwischen die Tomaten kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten und vierteln, die Stielansätze und die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln. 5 Min. vor Garzeitende zum Reis geben. Thymian waschen, Blättchen abzupfen, hacken und zum Reis geben. Fertigen Reis mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken.