

Rezept

Veganes Nasi Goreng mit Pak Choi

Ein Rezept von Veganes Nasi Goreng mit Pak Choi, am 03.05.2024

Zutaten

- | | | | |
|-------|----------------------------------|-------|------------|
| 2 | Knoblauchzehen | 4 | Schalotten |
| 1 | Pak Choi | 2 | Möhren |
| 2 EL | Kokosöl | 150 g | TK-Erbsen |
| 500 g | gekochter Basmatireis vom Vortag | | |

Für die Sauce

- | | | | |
|------|------------------------------|--------|---------------------------|
| 2 TL | vegane Fischsauce (Bioladen) | 6 EL | Ketjap manis (Asienladen) |
| 3 EL | Sojasauce | ½-1 TL | Sambal Oelek |

Außerdem

- | | |
|---------------|-----------------------------|
| Sprossen | Frühlingszwiebeln in Ringen |
| Kirschtomaten | Gurkenscheiben |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal, 8 g F, 6 g EW, 49 g KH

Zubereitung

1. Knoblauch schälen und fein hacken. Schalotten schälen und fein würfeln. Pak Choi waschen und in 1 cm breite Streifen schneiden. Möhren waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden.
2. Das Kokosöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin anbraten. Nacheinander Pak Choi, Möhren und Erbsen dazugeben und unter Rühren ca. 5 Min. mitbraten. Den kalten Reis untermischen.
3. Für die Sauce alle Zutaten vermischen. Achtung: Sambal Oelek kann sehr scharf sein, deshalb vorsichtig dazugeben. Die Sauce zum Reis geben und nochmals 3-5 Min. braten.
4. Mit Sprossen, Frühlingszwiebeln, halbierten Kirschtomaten und Gurkenscheiben servieren. Nach Belieben mit Ketjap Manis auf dem Teller nachwürzen.