

Asiatische Garnelen-Reis-Pfanne

Ganz einfach und schnell zubereitet



Zutaten:

für 4 Personen

- 400 g Garnelen in Kräuteröl (hier Thymian und Knoblauch)
- 1 große rote Paprikaschote
- 1 Dose Kichererbsen
- Reis
- Salz & Pfeffer
- Kurkuma nach Bedarf
- Chilli-Pulver scharf
- 1 EL Oliven-Öl
- 220 g Reis (oder nach Bedarf)
- ca. 100 ml Gemüsefond (ggf. Wasser)
- etwas Hoisin-Sauce

Zubereitung:

1. Paprika waschen, entkernen und in Stücke schneiden.
2. Kichererbsen in ein Sieb geben und gründlich kalt abspülen - abtropfen lassen.
3. Garnelen in einer großen Pfanne erwärmen, gleichzeitig den Reis aufsetzen.
4. Nach ca. 5 Min. Paprikastücke und Kichererbsen zu den Garnelen geben.
5. Den Gemüsefond angießen und weitere 5 Min. garen, danach würzen
6. Zuletzt den fertigen Reis unterheben und mit Hoisin-Sauce abschmecken.

Guten Appetit !