

Chinesische Frühlings-Reispfanne RECIPE

# Chinesische Frühlings-Reispfanne



<?xml version="1.0"?>
ZUBEREITUNGSZEIT
20 Min
ZUTATEN
8 Stück
PORTION(EN)

2 x

Ein Reisgericht, das Sie mit Ben's Original™ auf eine wunderbare Reise mitnimmt. Die Kombination aus Reis, Hühnchen und Gemüse macht Ihr Gericht zu einem wahren Genuss. TEILEN

- Pinterest (opens in new window)
- Facebook (opens in new window)
- Twitter (opens in new window)
- Download (opens in new window)
- Drucken (opens in same window)

## **ZUTATEN**

- 1 Ben's Original™ Express Basmati-Reis
- 200g Schweinefilet
- 100 g Champignons
- 1 Kleine Gemüsezwiebel
- 200 g 250 g Brokkoli

- 2 Karotten
- 1 EL Sojasoße
- Öl zum Braten

### **ZUBEREITUNG**

1. 1

Fleisch und Pilze in feine Scheiben schneiden, beides mit Öl in einer Pfanne kurz kräftig anbraten, herausnehmen.

2. 2

Zwiebel in feine Spalten schneiden und in der Pfanne mit dem restlichen Öl goldbraun anbraten.

3. 3

Karotten schälen und in feine Streifen schneiden, Brokkoli in kleine Röschen zerteilen und beides mit anbraten. Fünf EL Wasser zugeben, würzen und zugedeckt ca. fünf Minuten dünsten.

4. 4

Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Filet und Pilze unter das Gemüse mischen, mit Sojasauce und Pfeffer würzen.

5. Tipp

Reis, Gemüse und Filet nach Wunsch mit feinen Chili-Streifen anrichten.

### **KATEGORIEN:**

<u>Gemüse</u>, <u>Hähnchen</u>, <u>Reispfanne</u>, <u>15 - 30 MIN</u>, <u>Proteinreich</u>, <u>Basmati-Reis</u>, <u>Für jeden Tag</u>, <u>Kochen mit Kindern</u>

## **WEITERE REZEPTE**



## Seitanpfanne süß-sauer

Zubereitungszeit

20 Min

Zutaten

7 items

#### **MEHR DETAILS**



### Köstliche Rice Bowl in nur 2 Minuten

Zubereitungszeit

4 Min

Zutaten 5 items

## MEHR DETAILS

×

# **Raffinierte Bibimbap Bowl vegetarisch**

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

12 items

**MEHR DETAILS** 

**Source URL:** https://at.bensoriginal.com/reisrezepte/chinesische-frühlings-reispfanne