

Chinesische Frühlings-Reispfanne
RECIPE

Chinesische Frühlings-Reispfanne



ZUBEREITUNGS 20 Min
ZEIT
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.

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. Fleisch und Pilze in feine Scheiben schneiden, beides mit Öl in einer Pfanne kurz kräftig anbraten, herausnehmen.
2. Zwiebel in feine Spalten schneiden und in der Pfanne mit dem restlichen Öl goldbraun anbraten.
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. Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Filet und Pilze unter das Gemüse mischen, mit Sojasauce und Pfeffer würzen.
5. Reis, Gemüse und Filet nach Wunsch mit feinen Chili-Streifen anrichten.

KATEGORIEN:

[Gemüse](#), [Hähnchen](#), [Reispfanne](#), [15 - 30 MIN](#), [Proteinreich](#), [Basmati-Reis](#), [Für jeden Tag](#), [Kochen mit Kindern](#)

WEITERE REZEPTE



[Seitanpfanne süß-sauer](#)

Zubereitungszeit

20 Min

Zutaten

7 items



Köstliche Rice Bowl in nur 2 Minuten

Zubereitungszeit

4 Min

Zutaten

5 items



Raffinierte Bibimbap Bowl vegetarisch

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

12 items

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