

# Reispfanne mit Thon

## Zutaten für 2 Personen

1 Knoblauchzehe  
5-6 getrocknete Tomaten  
1 EL Öl  
2 Glas (4 dl) Wasser  
1 1/2 TL Salz  
1 Glas (150 g) Reis  
100 g Erbsen (tiefgekühlt)  
1 kleine Büchse Thon (Abtropfgewicht ca. 80 g)  
wenig Pfeffer

## Zubereitung (Dauer ca. 35 Min.)

Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten klein schneiden.

Öl erhitzen, Knoblauch und Tomaten darin 2-3 Min. andämpfen. Wasser dazugeben und aufkochen. Salz, Reis und Erbsen begeben, gut mischen und zugedeckt ca. 20 Min. auf kleinem Feuer köcheln lassen, bis der Reis knapp weich ist.

Inzwischen Thon abtropfen lassen und mit einer Gabel fein zerzupfen. Zum Reis geben, mischen und warm werden lassen. Mit wenig Pfeffer würzen.

