

Gebratener Reis

Zutaten für 2 Personen

2 Glas Wasser
1 TL Salz
1 Glas (150 g) Reis
wenig Ingwer
1 Chili
100 g Chinakohl
3 Rüebl
100 g Erbsen, aufgetaut
wenig Salz
2 Eier
1 EL Öl
Sojasauce

Zubereitung

Wasser aufkochen. 1 TL Salz und Reis dazugeben, mischen und aufkochen. Zugedeckt auf kleinem Feuer ca. 20 Min. köcheln lassen, bis der Reis knapp weich ist. Zur Seite stellen und abkühlen lassen.

Ingwer schälen und klein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Chinakohl waschen und in schmale Streifen schneiden. Rüebl schälen und in kurze, feine Streifen schneiden. Eier in einer kleinen Schüssel verrühren und mit 1 Prise Salz würzen.

Öl im Wok oder in einer grossen Bratpfanne erhitzen. Ingwer und Chili darin 2 Min. andämpfen. Chinakohl, Rüebl und Erbsen dazugeben und ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze braten. Mit wenig Salz würzen und an den Rand schieben. Eier in die Mitte giessen und unter Rühren goldgelb braten.

Reis begeben und gut mischen. Ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze braten. Sojasauce dazu servieren.



© atelier nefwiss