Unser Rezept

DER WOCHE

KAROTTEN-PILZ-PFANNE

MIT REIS

ZUTATEN

200 g Champignons

2 Karotten

1 rote Paprika

100 g Schalotten

1 Knoblauchzehe

3 EL Tomatenmark

400 ml Gemüsebrühe

1 TL Thymian
1 Lorbeerblatt
1 TL Oregano
1 Prise Pfeffer

1EL Öl

120 g Basmatireis

ZUBEREITUNG

Als erstes den Reis nach Packungsbeilage kochen. Dann das gesamte Gemüse in kleine Stücke schneiden.

Das Öl in einen Topf geben und darin den zerdrückten Knoblauch, die Schalotten und die Gewürze kurz anbraten.

Das restliche Gemüse und die Gemüsebrühe dazugeben und alles für 25 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen.

Für die letzten 5 Minuten das Tomatenmark dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit dem Reis auf Teller verteilen und servieren.

Fertig!

WEIERHÖFER
Gartengemüse

Orfeas Fischer und Sara Knapp GbR · Zur Burg 1 · 67295 Bolanden
hallo@weierhoefer-gartengemuese.de · www.weierhoefer-gartengemuese.de