

Juni 2011

## Pikanter Reistopf

### WICHTIG:

Rezept als Hauptgericht für 3-4 Personen

Als Beilage für 4-5 Personen

<b>1 EL Sonnenblumenöl</b>	in einer Chromstahlpfanne erhitzen
<b>3 Frühlingszwiebeln, mit dem Grün</b>	
<b>2-3 Knoblauchzehen, gepresst</b>	
<b>2 Chilischoten, gehackt</b>	zufügen, glasig dünsten
<b>300g Langkornreis</b>	zufügen, kurz mitdünsten
<b>6dl kräftige Hühnerbouillon</b>	dazu giessen
<b>1 Limette, ausgepresster Saft</b>	
<b>1 Lorbeerblatt, ganz</b>	
<b>1 EL frischer Thymian, gehackt</b>	
<b>1 TL edelsüßer Paprika</b>	
<b>Pfeffer aus der Mühle</b>	zufügen, zugedeckt unter häufigem Rühren während ca. 10 Min. köcheln lassen
<b>1 EL glattblättriger Peterli, feingehackt</b>	
<b>1 gelbe Peperoni, in feinsten Würfeli</b>	zugeben, weitere 5 Min. kochen lassen, bis der Reis „al dente“ ist und alle Flüssigkeit aufgesogen hat
<b>2-3 EL tiefgekühlte Gartenerbsen</b>	zugeben, nur noch ziehen lassen
<b>evtl. Salz, Pfeffer</b>	wenn nötig nachwürzen
<b>evtl. Chiliringe od. glatter Peterli</b>	als Garnitur verwenden

### TIPP:

➤ Gericht mit gebratenen Crevetten oder knusprigen Pouletflügeli anreichern

➤ 2 EL gehackte Erdnüsse am Schluss als Garnitur darüber streuen