

Reis-Gemüse-Pfanne mit Frischkäse

	Reis
1 Stk.	Paprika
300 g	Erbsen
300 g	Möhren
2 Stk.	Zwiebeln
150 g	Frischkäse
3 TL	Currypulver
1 TL	Kreuzkümmel (bei Bedarf)
2 TL	Instant Brühe
250 ml	Wasser

Reicht für 4 normal hungrige Nasen.

Reis kochen.

Die Zwiebeln würfeln und in etwas Öl zusammen mit einem Teelöffel Currypulver anbraten. Die Möhren grob raspeln, die Paprika stückeln und beides zusammen mit dem Wasser zu den Zwiebeln geben und 10 Minuten köcheln lassen. Anschliessend die Erbsen hinzugeben und nochmal 5 Minuten köcheln lassen.

Nun den Frischkäse, 2 TL Currypulver und den Kümmel hinzugeben und gut verrühren damit der Frischkäse sich auflöst. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Revision #1

Created 3 January 2023 23:38:03 by Axel

Updated 3 January 2023 23:43:30 by Axel