

Vegetarische Reis-Pfanne, Ananas, Mandeln, Cashewnüsse

Für zwei Personen

250 g Reis	1 Ananas	1 rote Paprikaschote
1 grüne Paprikaschote	2 Möhren	1 Minimaiskolben
2 Zweige Koriander	1 Zwiebeln	1 Gurke
1 Peperoni	50 g Mandel	50 g Cashewnüsse
2 EL Rohrzucker	5 EL Sojasauce	3 EL Shiitakepilzsauce
100 g Butter	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Den Reis waschen und in 500 Milliliter Wasser zehn Minuten kochen und anschließend quellen lassen. Den Rohrzucker mit der Butter in der Pfanne erhitzen und karamellisieren. Die Mandeln und Cashewnüsse darin schwenken. Die Ananas halbieren und mit dem Kugelstecher das Fleisch herausnehmen. Die Ananasschale als Schiff aufbewahren. Der Paprikaschoten, die Möhren, die Gurke und die Peperoni waschen und abtrocknen. Die Paprika in quadratische Scheiben schneiden. Die Möhren und Zwiebeln abziehen und in kleine Würfeln schneiden. Pflanzenöl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln goldbraun anschwitzen. Die Paprika, die Möhren, Minimaiskolben und die Ananasstücke hinzufügen und mit Soja- und Shiitakepilzsauce abschmecken. Anschließend den Reis dazugeben. Den Reis in dem Ananasschiff anrichten. Mit dem Koriander und den karamellisierten Nüssen garnieren und servieren.

Sawitree Liss am 21. August 2013