

Vegetarisches One-Pot-Reisgericht mit Gemüse

(aus: CHEFKOCH.DE, Verfasser: KunoS, blähende Zutaten weggelassen, Zubereitung gekürzt und angepasst)

Zutaten für 7 Portionen

438 g	Basmatireis oder Langkornrei
175 g	Gemüse
700 g	Tomaten
1 ¾	Paprikaschoten (Haut entfernen)
2	kleine Zwiebeln
3 ½ EL	Olivenöl
875 ml	Gemüsebrühe (hefefrei) (Salz und Pfeffer)

Zubereitung

Die Tomaten würfeln. Die Paprika schälen und entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebeln in feine Scheiben schneiden und diese in einem Topf im Öl etwas andünsten.

Tomaten, Paprika, Reis und Gemüsebrühe in den Topf geben, aufkochen lassen, bis der Großteil der Flüssigkeit vom Reis aufgenommen wurde und das Gemüse weich ist.
(Mit Pfeffer und Salz abschmecken.)

Arbeitszeit: ca. 30 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten