

Lila Reis mit Gemüse



Rezept für 1 Portionen
Dauer: ca. 30 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Maiskörner	
Karotten / Möhren	1 Stk.
Salz	Etwas / nach Bedarf
Gewürze	Etwas / nach Bedarf
Zucchini	½ Stk.
Reis	½ Tasse(n) / Glas

Zubereitung:

LILA reis (gibts im Weltladen) mit doppelter Menge Wasser und etwas Salz kochen bis er weich ist. Das Gemüse schneiden, dünsten, würzen und unter den fertigen Reis mischen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-857-Lila-Reis-mit-Gemuese.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at