

Nasi Goreng

Die vegetarische Variante des leichten asiatischen Gerichts

2 Personen	
1	Tasse (Basmati-)Reis
400 g	Tomaten
1	große Zwiebel
2	Frühlingszwiebeln
1	Knoblauchzehe
3	Eier
30 g	Butter
	Olivenöl
	Petersilie
	Paprika
	Salz, Pfeffer



Den Reis waschen, abtropfen lassen, mit der doppelten Wassermenge (mit einer Tasse abmessen) und Salz aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten ausquellen lassen. In eine Schüssel auskühlen lassen.

Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden (man kann sie auch abziehen, aber dann gehen die Vitamine in der Schale verloren), Gurke schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und klein würfeln, Möhren schälen und klein würfeln. Paprikaschote waschen, halbieren, Kerne entfernen, in feine Streifen schneiden. Erbsen auftauen. Knoblauch abziehen und fein hacken, Frühlingszwiebeln waschen und die weissen und hellgrünen Teile in feine Scheiben schneiden.

Ein Wok oder eine Pfanne erhitzen, 2 El Öl hinein geben, Reis etwa 3 Minuten darin braten,

ohne umzurühren, dann durchrühren und noch einmal 2 Minuten braten. In eine Schüssel füllen und warm halten.

Das restliches Öl erhitzen, Gemüse in die Pfanne geben und braten, zuerst die Möhren, dann die anderen Gemüse bis auf die Tomaten. Insgesamt etwa vier Minuten dünsten, die Tomaten und Frühlingszwiebeln zum Schluss dazu geben und noch eine Minute mitbraten. Salzen, pfeffern und mit Chili würzen, mit dem Reis vermischen und noch etwas ziehen lassen.

Zum zünftigen Nasi Goreng passt pro Portion ein schön gebratenes Spiegelei, das man mit etwas Petersilie dekoriert oben drauf legt.

Zubereitungszeit 45 Min.

vegetarisch