

GEBRATENER REIS MIT GEMÜSE UND TOFU

ZUTATEN

1/2 Broccoli

1 Rüebli

1 Gelbe Peperoni

150g Jasminreis

200g geräucherter Tofu

100g Sojasprossen

2 Eier

Öl zum anbraten

Sojasauce

Gewürze



GEBRATENER REIS MIT GEMÜSE UND TOFU

ZUBEREITUNG:

Gemüse mundgerecht schneiden.
Basmatireis nach Anleitung kochen.
Zuerst Tofu würfeln und anbraten
und auf Seite stellen.

Danach Gemüse anbraten (Gemüse
mit längster Garstufe zuerst)

Mit Sojasauce ablöschen und kurz
gut schwenken.

Gekochter Reis in Öl anbraten bis
er etwas Farbe bekommt.

2 Eier begeben und rühren bis es
stockt.

Gemüse mitgeben, alles gut
mischen.

Nochmals abschmecken. (Achtung
Sojasauce ist schon salzig)

Etwas Sojasprossen marinieren als
Garnitur.