Italienische Reispfanne
REZEPT

Italienische Reispfanne



ZUBEREITUNGS ZEIT	20 Min
ZUTATEN	5 Stück
PORTION(EN)	2 x

Beeindrucken Sie Ihre Freunde mit dieser italienischen Reispfanne. Die Kombination aus Reis, Poulet und Gemüse macht Ihr Gericht zu einem wahren Genuss.

ZUTATEN

- 1 Ben’s Original™ Express Reis Mediterran
- 250 g Pouletbrustfilet
- Je 1 orange und gelbe Peperoni
- 1 Zucchetti
- 1 EL Olivenöl

ZUBEREITUNG

1. Gemüse putzen, Peperoni in Streifen, Zucchetti in Scheiben schneiden.
2. Pouletbrustfilet in Stücke schneiden und in einer Pfanne in 1 EL Öl ca. zwei Minuten anbraten.

3. Zucchetti und Peperoni zum Filet geben und ca. zwei Minuten mit anbraten. Reis und drei Esslöffel Wasser zugeben. Alles ca. drei Minuten erhitzen.
4. Die italienische Reispfanne mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Wunsch mit frischem Basilikum anrichten und servieren.
5. Durch die Zugabe von etwas Fetakäse verleiht man dem Gericht eine besondere Note.

KATEGORIEN:

Gemüse, Poulet, Reispfanne, 15 - 30 MIN, Proteinreich, Mediterran, Für jeden Tag, Kochen mit Kindern, Gut vorzubereiten, Gut zum Mitnehmen, Festlich

WEITERE REZEPTE



Vegan gefüllte Tomaten mit Reis

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

9 Stück



Mediterrane Reispfanne mit Rucola und Mandeln

Zubereitungszeit

26 Min

Zutaten

8 Stück

Source URL: *https://ch.bensoriginal.com/rezepte/italienische-reispfanne*