

Italienische Reispfanne REZEPT

Italienische Reispfanne



<?xml version="1.0"?>
ZUBEREITUNGSZEIT
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. TEILEN

- Pinterest (opens in new window)
- Facebook (opens in new window)
- Twitter (opens in new window)
- Download (opens in new window)
- Print (opens in same window)

ZUTATEN

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

BEN'S ORIGINAL™ Express-Reis Mediterran 250g

MEHR DETAILS

ZUBEREITUNG

- 1. 1
 - Gemüse putzen, Peperoni in Streifen, Zucchetti in Scheiben schneiden.
- 2. 2
 - Pouletbrustfilet in Stücke schneiden und in einer Pfanne in 1 EL Öl ca. zwei Minuten anbraten.
- 3. 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. 4
 - Die italienische Reispfanne mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Wunsch mit frischem Basilikum anrichten und servieren.
- 5. Tipp
 - Durch die Zugabe von etwas Fetakäse verleiht man dem Gericht eine besondere Note.

KATEGORIEN:

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

WEITERE REZEPTE



Vegan gefüllte Tomaten mit Reis

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

9 Stück

MEHR DETAILS



Mediterrane Reispfanne mit Rucola und Mandeln

Zubereitungszeit

26 Min

Zutaten

8 Stück

MEHR DETAILS

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