

Fried Rice vegetarisch

Der Klassiker in Asien. Einfach, schnell, lecker: zu jeder Zeit und Gelegenheit!

Zutaten für 2 Portionen	Zubereitung	Arbeit 15`	Total 25`
1-2 Rüebli 1/4 Chinakohl weiteres Gemüse nach Wahl	Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und vorerst beiseite stellen.		
1-2 Frühlingszwiebeln 2-3 Ingwerscheiben 1 EL Erdnussöl	Frühlingszwiebeln kleinschneiden und mit ein paar Ingwerscheiben im heissen Erdnussöl, im Wok oder einer Bratpfanne, kurz anbraten.		
100g Tofu	Beigeben und kurz mitbraten. Das vorbereitete Gemüse hinzugeben und alles bei starker Hitze unter regelmässigem Rühren ca. 10 Minuten weiterbraten.		
200g Reis vom Vortag 1 EL Sojasauce Prise Zucker Etwas Pfeffer 1 TL Limettensaft	Den kalten Reis hinzufügen, Hitze reduzieren. Falls nötig noch etwas Öl begeben. Mit der Sojasauce, dem Zucker, Pfeffer und Limettensaft würzen.		
2 Eier	Die Zutaten in die eine Hälfte der Pfanne schieben, auf der freigewordenen Seite die Eier kurz zu Rührei braten und mit etwas Fischsauce abschmecken. Den gebratenen Reis über das Rührei geben und auf kleinem Feuer kurz so stehen lassen.		
glatte Petersilie oder Koriander	Zerkleinern, dem Gericht begeben, durchmischen und servieren.		

Tipp: Nie frisch gekochten Reis gebrauchen, das wird zu pampig. Am besten ist Reis vom Vortag aus dem Kühlschrank!

