



PAPRIKAGEMÜSE IM NATURREISRING (QSB)



QimiQ AVANTAGES

- Sämige Konsistenz im Handumdrehen
- Voller Geschmack bei weniger Fett



25



INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

FÜR DEN REISRING

250 g Naturreis_Riz complet

500 ml Bouillon de légumes

Sel

FÜR DAS GEMÜSE

125 g

2 , coupé en dés

2 cs Huile d'olive

2 cs Concentré de tomates

180 g Poivron rouge, grob geschnitten

180 g Poivron(s) vert(s), grob geschnitten

180 g Poivron(s) jaune(s), grob geschnitten

2 Gousse(s) d'ail, finement hachées

200 ml Bouillon de légumes

Basilic

Oregano

Feuille de laurier

Sel

Poivre de Cayenne

PRÉPARATION

1. Für den Reisring den Naturreis in Suppe dünsten. Den fertigen Reis in eine Ringform füllen und warm stellen.
2. Für das Gemüse die Zwiebeln in Olivenöl glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben und kurz mitdünsten.
3. Paprika und Knoblauch dazugeben, mit Suppe aufgießen, würzen und weich dünsten.
4. QimiQ Saucenbasis einrühren und bis zur gewünschten Sämigkeit weiterköcheln lassen.
5. Reis aus der Form stürzen und das Gemüse im Reisring servieren.