



PAPRIKAGEMÜSE IM NATURREISRING (QSB)



QimiQ AVANTAGES

- Consistance onctueuse en un tour de main
- Goût savoureux avec moins de matières grasses



25



simplement

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

FÜR DEN REISRING

250 g Riz complet

500 ml Bouillon de légumes

Sel

FÜR DAS GEMÜSE

125 g QimiQ Sauce Base

2 Oignons grands à 200 g, coupé en dés

2 cs Huile d'olive

2 cs Concentré de tomates

180 g Poivron rouge, grossièrement coupé

180 g Poivron(s) vert(s), grossièrement coupé

180 g Poivron(s) jaune(s), grossièrement coupé

2 Gousse(s) d'ail, finement hachées

200 ml Bouillon de légumes

Basilic

Origan

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.