

Salat Rezepte

Ananas Salat Mit Reis

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Obst, Sonstiges, Salat, Kalt, Vegetarisch, Vegan

150 g Langkornreis

280 ml Wasser; +/-
Salz

1 Essl. Curry; +/-

300 g Ananasscheiben

Bratbutter (Vegan = Pflanzenmargarine)
Pfeffer

SAUCE

1,50 Essl. Rotweinessig

Salz

Schwarzer Pfeffer

4 Essl. Olivenöl

1 Schalotte; fein geschnitten

1 Essl. Kapern

1 Bund Schnittlauch

- fein geschnitten

Salzwasser zum Kochen bringen, Reis hineingeben, sprudelnd aufkochen. Einmal durchrühren und zugedeckt bei niedriger Temperatur quellen lassen, etwa 20 Minuten.

Ananasscheiben in grobe Stücke schneiden, gut abtropfen lassen. Ananas in der heißen Bratbutter (Pflanzenmargarine) unter Wenden anbraten. Mit Curry bestäuben und den Reis unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken.

Für die Sauce alle Zutaten verrühren, über den Ananas Reissalat gießen und gut durchmischen.

Im Kühlschrank eine Stunde ziehen lassen.