

Reis Rezepte

Reissalat mit Chili und Garnelen

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Chilis, Garnelen, Reis, Salat

100 g	Basmati-Reis	1	estr. TL Sojaöl
1	Prise Jodsalz	1	Prise Pfeffer, schwarz
240 g	Garnelen (8 Stück in der - Schale)	4	estr. EL Orangensaft, frisch gepresst
5 g	Knoblauch (1 Zehe)	250 g	Gurke (1/2 Stück)
5 g	Ingwer (1 kleines Stück)	200 g	Kopfsalat (1 kleiner)
5 g	Rote Chilischote (1 kleine)	2 g	Koriander (einige Blätter)

1. Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser garen. Auf einem Sieb abtropfen lassen. Garnelen waschen und trocken tupfen. Knoblauch und Ingwer klein schneiden.
2. Chili in Ringe schneiden. Öl erhitzen. Garnelen darin circa 7 Minuten braten, salzen und pfeffern, herausnehmen. Bis auf den Schwanz schälen und warm stellen.
3. Knoblauch, Chili und Ingwer im Bratfett andünsten. Mit Orangensaft ablöschen. Würzen.
4. Gurke in Würfel schneiden, Kopfsalat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Mit dem Reis mischen. Dressing darüber träufeln, abschmecken. Auf Tellern mit Garnelen und Korianderblättchen anrichten.