



RS Indonesischer Bratreis mit Tofu und Ei

würzig-fein mit Ketjap Manis und Erdnüssen



ca. 30min



4 Portionen

Gebratener Reis ist für uns echtes Soulfood. Die kleinen Körnchen werden leicht knusprig, das Gemüse ist knackig und die Sauce schön würzig. Heute geben wir noch Tofu dazu, den wir in einer leckeren, indonesisch anmutenden Marinade aus Ketjap Manis, Limette und Knoblauch-Ingwer-Paste schwenken und schließlich goldbraun braten. Außerdem kommen Rührei und etwas pikante Peperoni dazu, garniert wird mit Erdnüssen. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Lauchzwiebeln
- 1 rote Peperoni
- 2 unbehandelte Limetten
- 300g Jasminreis
- 100ml Ketjap Manis ³
- 2 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 2 Pck. Bio-Tofu ³
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 4 Bio-Eier ¹
- 50g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ²

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Für weniger Schärfe die Kerne der Peperoni entfernen.

Allergene

Eier (1), Erdnüsse (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 0kcal



1. Zutaten vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebeln** separat in feine, schräge Ringe schneiden. Die **Peperoni** längs halbieren und in hauchdünne Streifen schneiden. **Eine Limette** halbieren und auspressen, die **andere Limette** in Spalten schneiden.



4. Tofu und Gemüse braten

Den **Tofu** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. unter Rühren anbraten, bis die austretende Flüssigkeit verdampft ist. Herausnehmen, beiseitestellen und die Pfanne auswaschen. Den **Gemüsemix** in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbraten, dann mit **2-3EL Würzsauce** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Reis kochen

Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen, dann mit einer Gabel auflockern.



5. Eier anbraten

Die **Eier** mit 1 kräftigen Prise Salz verquirlen. Die **weißen Lauchzwiebeln** und die **restliche Knoblauch-Ingwer-Paste** in einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. anbraten. Die **Eier** unterrühren, bis das **Ei** zu stocken beginnt.



3. Tofu würzen

Das **Ketjap Manis** mit der **½ der Knoblauch-Ingwer-Paste**, der **Peperoni**, dem **Limettensaft** und 2TL hellem Essig verrühren. **Tipp:** Für weniger Schärfe einfach weniger **Peperoni** verwenden. Den **Tofu** trocken topfen, in 1-2cm große Würfel schneiden und mit **3EL Würzsauce** vermengen.



6. Reis mitbraten

Den **Reis** und **2EL Würzsauce** zum **Ei** dazugeben und bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. mitbraten. Inzwischen die **Erdnüsse** grob hacken. Den **Bratreis** auf Teller verteilen und den **Tofu** mit dem **Gemüse** darauf anrichten. Mit den **Erdnüssen**, den **grünen Lauchzwiebelringen** und der **restlichen Würzsauce** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.