



Gemüse und Spiegelei Picadillo-Style

mit Basmatireis und Koriander



ca. 25min



2 Personen

Wir lieben mexikanisch inspirierte Aromen! Koriander, Limette, Jalapeño ... Mehr braucht es unserer Meinung nach kaum für ein rundum gelungenes, erfrischendes Gericht. Wir verarbeiten diese Zutaten heute gemeinsam mit verschiedenem Gemüse und Kreuzkümmel zu einer tomatigen Gemüsepfanne im Picadillo-Style und servieren das Ganze zusammen mit einem leckeren Spiegelei auf fluffigem Basmatireis. Guten Appetit!

- 200g Basmatireis
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Jalapeño-Chilischote
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Koriander
- 1 Dose Tomatenmark
- 1 Päckchen Kreuzkümmel
- 450g Spaghetti-Gemüsemix
- 2 Bio-Eier³
- 1 Tomate
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- kleiner Topf mit Deckel
- 2 mittelgroße Pfannen
- Messbecher
- Zitruspresse
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 735kcal, Fett 22.1g,
Kohlenhydrate 113.2g, Eiweiß 19.5g



4. Spiegeleier braten

2. Reis kochen

5. Gemüse verfeinern

3. Gemüse braten

6. Koriander schneiden

Die **Korianderblätter** fein schneiden. Das **Gemüse** mit Salz, Pfeffer und ggf. mehr **Kreuzkümmel** abschmecken. Den **Reis** auf tiefe Teller verteilen, das **Gemüse** und die **Spiegeleier** darauf anrichten. Mit dem **Koriander** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.