



Reispfanne mit Spinat und Rinderbratwurst

dazu eingekochte Tomaten



ca. 30min



3-4 Personen

So eine schnelle Reispfanne ist einfach eine köstliche Angelegenheit - vor allem, wenn sie mit frischem Spinat und würzigen Stückchen von der Rinderbratwurst daherkommt. Das alleine wäre schon lecker genug, aber wir hatten noch Lust auf ein kleines Sößchen und köcheln daher schnell ein paar Tomaten ein. Die machen es sich dann auf unserer Reispfanne bequem - und passen wirklich ganz fantastisch dazu. Wohl bekomm's!

Was du von uns bekommst

- 4 Rindswürste
- 2 rote Zwiebeln
- 4 Tomaten
- 300g Bio-Basmatireis
- 400g Babyspinat
- 1 Pck. Hühnerbrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ¹
- 1EL Senf ²
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- kleine Pfanne
- Messbecher

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

Allergene

Milch (1), Senf (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 731kcal, Fett 32.8g, Kohlenhydrate 73.2g, Eiweiß 33.9g



1. Wurst anbraten

Die **Würste** mit einem scharfen Messer von der Pelle befreien und in mundgerechte **Stücke** zupfen. In einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbräunen, dabei einmal wenden. Die **Wurststücke** müssen noch nicht ganz gar sein. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne wird weiterverwendet.



4. Reispfanne köcheln

600ml Wasser und das **Brühgewürz** einrühren, dann die **Reispfanne** abgedeckt aufkochen. Bei niedriger bis mittlerer Hitze ca. 12Min. köcheln lassen, dann die **Wurststücke** auf dem **Reis** verteilen und alles abgedeckt in ca. 5Min. gar köcheln. Die **Reispfanne** noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



2. Zutaten vorbereiten

Währenddessen die **Zwiebeln** schälen und grob würfeln. Die **Tomaten** grob würfeln, dabei den Strunk entfernen.



5. Tomaten köcheln

Die **restlichen Zwiebeln** in einer kleinen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Die **Tomaten**, 150ml Wasser, 1EL Zucker und 2EL Essig zugeben und unter gelegentlichem Rühren ca. 10Min. köcheln, bis die **Tomaten** ihre Flüssigkeit abgegeben haben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die **Reispfanne** mit den **Tomaten** anrichten und servieren.



3. Reispfanne ansetzen

Den **Reis** und die **½ der Zwiebeln** in der Wurstpfanne mit 2EL Butter bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anrösten. Den **Spinat** portionsweise in die Pfanne geben und jeweils unterheben, bis er zusammenfällt. Mit 1EL Senf und je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Pikante Details

Wir haben extra ein wenig Essig und Zucker zu unseren Tomaten gegeben, um ihnen einen schön harmonischen Geschmack mit dezenter Säure und leichter Süße zu verleihen. Schärfe ist ja bekanntlich Geschmacksache, aber wem es daran noch fehlt, der gibt einfach eine fein geschnittene Chilischote dazu und köchelt sie mit. Die pikante Note passt super zu den Tomaten!