

GRIECHISCHER TOMATENREIS – VEGAN



Langkornreis mit Tomatensoße, die ideale Beilage zu herzhaften Hauptgerichten.



Zubereitungszeit
5 Minuten



Kochzeit
20 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

ZUBEREITUNG

Knoblauch und Zwiebel fein hacken und im heißen Olivenöl 3-4 Min. glasig dünsten. Langkornreis in einem Sieb mit heißem Wasser abwaschen und dann mit in den Topf geben und 1 Min. mitbraten. Tomaten zufügen und mit Wasser ablöschen. Die Zutaten aufkochen lassen und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Deckel aufsetzen und bei mittlerer Hitze für ca. 20 Min. garen. Zwischendurch gelegentlich rühren. Der Reis ist gar, sobald die Flüssigkeit aufgezogen ist.

Dazu passt Bifteki mit Tzatziki.

Viel Spaß beim Nachmachen! Eure Sally <3

ZUTATEN:

- ☐ **3 EL** Olivenöl
- ☐ **1** Knoblauchzehe
- ☐ **1** Zwiebel
- ☐ **1 Pr.** Zucker
- ☐ **250 g** Langkornreis
- ☐ **400 g** Tomaten (Dose)
- ☐ **600 ml** Wasser
- ☐ Salz
- ☐ Pfeffer