

» REISFLEISCH MIT PUTE «

ZUTATEN: ZUBEREITUNG:

3 Zwiebeln	schälen, würfeln.
1 Karotte	schälen, würfeln.
1 Knoblauchzehe	schälen, fein hacken.
500 g Putenbrust	in kleine Würfel schneiden (ca. 3 cm).
2 EL Öl	in einer hohen Pfanne oder Topf erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Hitze reduzieren. Zwiebeln, Knoblauch und Karotte zufügen und kurz mitdünsten.
2 EL Tomatenmark	mit
¾ l Brühe	verrühren und zufügen.
2 EL Thymian	Mit
1 EL Paprikapulver	
Salz, Pfeffer	würzen und ca. 15 Minuten garen
200 g Langkornreis	waschen und abtropfen lassen.
2 Paprikaschoten	halbieren, waschen, würfeln.
250 g Tomaten	überbrühen, enthäuten, entkernen, würfeln. Reis, Tomaten und Paprika zu dem Fleisch geben, weitere 20 Minuten garen lassen bis der Reis alle Flüssigkeit aufgenommen hat, und abschmecken.
Basilikum	waschen und über das fertige Reisfleisch geben.