



HoffmannTM
.....

Fleischreis

Zutaten

(Für ca. 2-3 Portionen)

- 500 g Putenfleisch
- 3 rote Paprika
- 250 g Langkornreis
- 2 Zwiebeln
- 1 l Gemüsebrühe
- 100 g Ajvar
- 300 g griechischer Joghurt
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 TL Paprikapulver, geräuchert
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Gyros-Gewürz
- 1 EL Honig
- etwas Öl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

1. Die Paprika in schmale Streifen und die Zwiebel in halbe Ringe schneiden. Das Putenfleisch zusammen mit etwas Öl, je einem halben Teelöffel edelsüßem und geräuchertem Paprikapulver, dem Gyrosgewürz sowie dem Honig hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut miteinander vermengen.
2. Das Reisfleisch auf die Backplatte geben und gleichmäßig verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 230 °C Umluft für 20 Minuten garen. Währenddessen Ajvar und Gemüsebrühe glatt rühren. Nach den 20 Minuten zusammen mit dem Reis auf die Backplatte geben, alles gut vermengen und für weitere 30 Minuten im Backofen garen.
3. Währenddessen für den Dip den griechischen Joghurt mit 1/2 TL Paprikapulver, etwas Öl und drei gehackten Knoblauchzehen vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles gut verrühren.
4. Das fertige Reisfleisch zusammen mit dem Dip servieren und genießen.

BACKPLATTE

PFAS-FREE

„Kochen, Rezepte und Inspiration“
Werde Teil unserer Facebook Gruppe!



GRUPPE BEITRETEN



Die besten

CADLEKOCHT
mas REZEPTE