

Salat in Sommerlaune: Gelber veganer Reissalat

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

300 g Reis (Basmati)
3 Teelöffel Kurkuma
80 g TK-Erbsen
200 g Kirschtomaten
1 Bund frische Minze
Olivenöl
Salz, Pfeffer

Sun is shining, the weather is sweet.... Endlich, die Sonne geht auf! Und zwar für alle die, die in ihrem Reis keine tierischen Produkte wollen. Aber auch für alle, die Frische schmecken wollen... aber auch für alle, die etwas Leichtes wollen... Also, eigentlich wollen ihn alle, denn dieser Salat mit Erbsen, Tomaten und frischer Minze bringt Sommer pur auf deinen Teller!

- 1 -

In einem Topf Wasser mit Reis, etwas Salz und Kurkuma zum Kochen bringen. Etwa 10-12 Minuten auf niedriger Stufe zugedeckt köcheln lassen.

- 2 -

In der Zwischenzeit in einem zweiten Topf die Erbsen kochen.

- 3 -

Tomaten waschen und in kleine Stücke schneiden. Minzblätter klein hacken.

- 4 -

Herd ausschalten, Reis mit einer Gabel lockern und in eine Schüssel geben. Abkühlen lassen.

- 5 -

Sobald der Reis abgekühlt ist, Tomaten und Erbsen dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Minze dazugeben.