

Rezept

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

?

Asia-Reissalat mit Grünspargel

Zutaten

1
Pfund grüner Spargel
½ l
Gemüsebouillon
1
Zwiebel
1
Peperoncino
2
Zitronengras
1
rote Peperoni
1
gelbe Peperoni
1
Knoblauchzehe
3 EL
Erdnussbutter (süss oder pikant)
3 EL
Sojasauce
4 EL
Chilisauce
3 EL
Sesamöl
2 EL
Zitronensaft
4 EL
ungesalzene Erdnusskerne
1
Bund Kräuter nach Wahl
100 g
Lauchzwiebeln
200 g
Basmatireis
Zutaten sind für 4 Personen berechnet.

Zubereitung

Zwiebel pellen und würfeln, Peperoncino entkernen und fein hacken. Die äusseren Blätter des Zitronengrases entfernen und das Innere fein hacken. Alles zusammen mit dem Reis im heissen Öl glasig dünsten. 300 ml Bouillon zugliessen und zugedeckt 20 Min. leicht köcheln lassen.

Vom Spargel die Enden abschneiden und ihn im unteren Drittel schälen. Stangen in schräge, dünne Stücke schneiden. In 1 EL Öl einige Minuten unter Rühren braten. Salzen und abkühlen lassen. Peperoni und Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Streifen oder Stücke schneiden.

Erdnussbutter, 100 ml Bouillon, Chili-, Sojasauce und Zitronensaft mischen. Die Knoblauchzehe dazupressen. Mit dem Schneebesen gut durchmischen, eventuell nachwürzen. Die Sauce mit dem Reis, Spargel, den Peperoni und Lauchzwiebeln mischen und die Erdnüsse unterheben. Salat eine Stunde durchziehen lassen und kurz vor dem Servieren mit den gehackten Kräutern bestreuen.

Rezeptgruppe: Haupt,Beilage,Vorspeise,Salat.

Dieses Rezept von [Chnüppelwiibli für Vegi-Info 2012-1](#) [3] wurde eingetragen von: Bernadette Raschle / 2012-04-04 17:31:34

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

URL: http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=2085

Letzte Aktualisierung: 14.08.2019

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union (www.euroveg.eu [4]).

Kontaktadresse: rezepte@swissveg.ch [5].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

Source URL (modified on 14.08.2019 - 10:02): https://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=2085

Links

[1] <https://www.swissveg.ch/javascript%3Ahistory.back%28%29>

[2] <https://www.swissveg.ch/rezepte>

[3] <http://www.chnueppelwiibli.com>

[4] <http://www.euroveg.eu>

[5] <mailto:rezepte@swissveg.ch>