

Reissalat mit Zucchini

Hauptspeise

Gemüse

Reisgerichte

Sommer

Vegetarisch

ZUBEREITUNG 

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○

Basmatireis in der Suppe kochen - leicht abkühlen lassen.
Knoblauch klein schneiden, Zucchini in Scheiben schneiden und beides in etwas Olivenöl knusprig anbraten. Frühlingszwiebel und Kräuter ebenfalls kleinschneiden und zur Seite stellen.
Für die Marinade den Balsamico, Olivenöl, Zitronensaft, Salz und frischer Pfeffer in einer großen Schüssel gut miteinander verrühren. Den Reis, die Zucchini Mischung und Kräuter zufügen, mit der Marinade vermischen, abschmecken und lauwarm oder kalt genießen.
Tipp: Ein paar schwarze Oliven bringen eine besondere Note in diesen Salat. Basilikum garnieren.



ZUTATEN 

200 g Ben's Original
Basmati Reis

500 ml Gemüsesuppe

1 Knoblauchzehe

200 g Zucchini

1 EL Olivenöl Extra

2 Frühlingszwiebel

3 EL frische Kresse

½ Bund Petersilie

3 EL weißer Balsamico

7 EL Olivenöl Extra

1 Zitrone (Saft) Salz

Schwarzer Pfeffer