

GEBRATENER REIS MIT EI UND KRABBen

REIS | HAUPTSPeiSE | 15-45 MIN | OHNE EINSCHRÄNKUNG



Zutaten (Für 4 Personen)

- * 250 g Müller's Mühle Basmati Reis
- * 2–3 EL Sesamöl
- * 1 Zwiebel
- * 2–3 Knoblauchzehen
- * 1 rote Paprikaschote
- * 1 rote Chilischote
- * 2–3 Frühlingszwiebeln
- * 100 g eingeweichte, gemischte chinesische Pilze
- * 200 g geschälte Krabben oder Crevetten
- * 3–4 EL Sojasauce
- * 2 EL Austernsauce
- * 2 EL Hoisinsauce
- * 1 EL Fünfgewürzpulver
- * Salz, Pfeffer aus der Mühle
- * 1 Prise Cayennepfeffer
- * 6 EL Sesamöl
- * 2–3 Eier

Produktempfehlungen



JASMINREIS



RISOTTOREIS

Zubereitungen

Den Reis nach Packungsanleitung garen, abgießen und gut abtropfen lassen. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen, fein würfeln. Die Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen, in feine Streifen schneiden. Das Gemüse ins Fett geben und anschwitzen. Die Chilischote mit den geputzten, gewaschenen und klein geschnittenen Frühlingszwiebeln dazugeben und kurz mitdünsten. Die Pilze nach Bedarf klein schneiden. Mit den Krabben oder Crevetten zum Gemüse geben und kurz mitschwitzen. Die Sojasauce, die Austern- und die Hoisinsauce einrühren. Mit Fünfgewürzpulver, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken und bei mäßiger Hitze 5–6 Minuten köcheln lassen. 2 EL Sesamöl in einer zweiten Pfanne erhitzen. Die Eier verschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Fett ausbacken. Mit einer Gabel zerpfücken und zum Gemüse geben. Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und den Reis darin unter ständigem Rühren kräftig braten. Das Gemüse unter den Reis heben, nochmals kurz durchschwenken, kräftig abschmecken, dekorativ anrichten, mit Blatt Petersilie ausgarnieren und sofort servieren.