

DINNERLY



Reispfanne mit Spinat und Rinderbratwurst

dazu eingekochte Tomaten



ca. 30min



2 Portionen

So eine schnelle Reispfanne ist einfach eine köstliche Angelegenheit – vor allem, wenn sie mit frischem Spinat und würzigen Stückchen von der Rinderbratwurst daherkommt. Das alleine wäre schon lecker genug, aber wir hatten noch Lust auf ein kleines Sößchen und köcheln daher schnell ein paar Tomaten ein. Die machen es sich dann auf unserer Reispfanne bequem – und passen wirklich ganz fantastisch dazu. Wohl bekomm's!

WAS DU VON UNS BEKOMMST

- 2 rote Zwiebeln
- 2 Rindswürste
- 2 Tomaten
- 150g Basmatireis
- 100g Babyspinat
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz

WAS DU ZU HAUSE BENÖTIGST

- 1EL Butter ⁷
- 1EL Senf ¹⁰
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

KÜCHENUTENSILIEN

- große Pfanne mit Deckel
- kleine Pfanne
- Messbecher

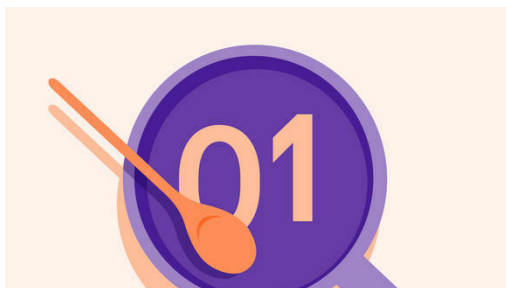
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

ALLERGENE

Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

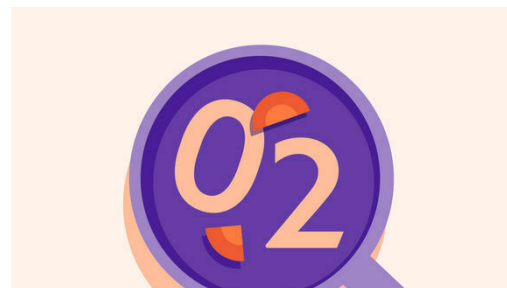
NÄHRWERTANGABEN PRO PORTION

Energie 799kcal, Fett 39.6g, Kohlenhydrate 81.7g, Eiweiß 28.3g



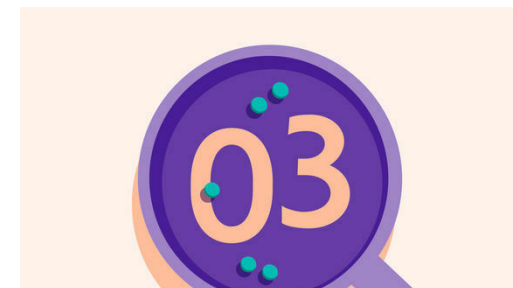
1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** schälen und grob würfeln. Die **Würste** mit einem scharfen Messer von der Pelle befreien. Die **Tomaten** grob würfeln, dabei den Strunk entfernen.



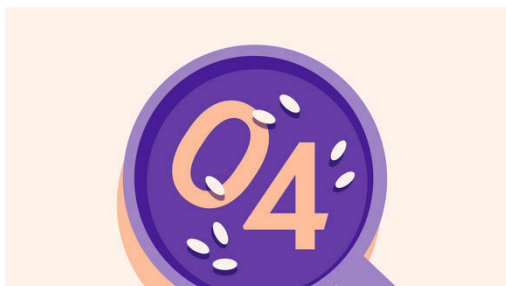
2. Wurst braten

In einer großen Pfanne 1EL Olivenöl stark erhitzen. Die **Würste** mit den Fingern in mundgerechte **Stücke** zerteilen, die **Stücke** direkt in die heiße Pfanne geben und 3–4Min. anbräunen, dabei einmal wenden. Die **Wurststücke** müssen noch nicht ganz gar sein. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



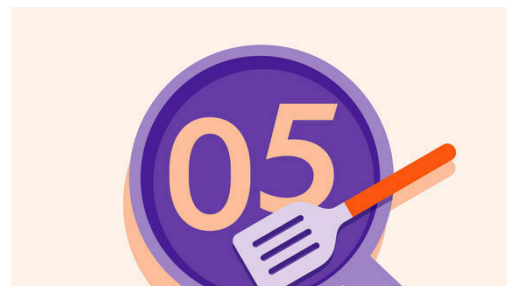
3. Reispfanne ansetzen

1EL Butter in der Pfanne schmelzen lassen. Den **Reis** und die **1/2 der Zwiebeln** zugeben und ca. 3Min. anrösten. Den **Spinat** portionsweise in die Pfanne geben und jeweils unterheben, bis er zusammenfällt. Mit 1EL Senf und je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



4. Reispfanne köcheln

200ml Wasser und die **1/2 des Brühwürzes** einrühren. Die **Reispfanne** abdecken und aufkochen, dann bei niedriger bis mittlerer Hitze ca. 15Min. köcheln lassen, bis der **Reis** gar ist. In den letzten ca. 5Min. der Kochzeit die **Wurststücke** auf dem **Reis** verteilen und fertig garen. Die **Reispfanne** noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



5. Tomaten köcheln

Die **restlichen Zwiebeln** mit 1 Prise Salz in einer kleinen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2–3Min. anbraten. Die **Tomaten**, 100ml Wasser, 2TL Zucker und 1EL Essig zugeben und unter gelegentlichem Rühren ca. 10Min. köcheln, bis die **Tomaten** ihre Flüssigkeit abgegeben haben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die **Reispfanne** mit den **Tomaten** anrichten und servieren.



6. Pikante Details

Wir haben extra ein wenig Essig und Zucker zu unseren Tomaten gegeben, um ihnen einen schön harmonischen Geschmack mit dezenter Säure und leichter Süße zu verleihen. Schärfe ist ja bekanntlich Geschmacksache, aber wem es daran noch fehlt, der gibt einfach eine fein geschnittene Chilischote dazu und köchelt sie mit. Die pikante Note passt super zu den Tomaten!