Hackfleisch-Reis-Pfanne mit Auberginen, Zucchetti oder Kürbis

Reisgericht und Auberginen zusammen anrichten

400 g Naturjogurt oder
saurer Halbrahm

dazu servieren

Salz, Pfeffer

abschmecken

Olivenöl

in Bratpfanne erhitzen

5 Auberginen, in Scheiben

zugeben, auf mittlerer Stufe halb zugedeckt unter mehrmaligem Wenden braten

Varianten

- Lammfleisch durch Rindfleisch ersetzen
- Tomaten aus der Dose verwenden
- Auberginen durch Zucchini, Kürbis (z.B. im Ofen gebratene Kürbisschnitze) oder andere Saisongemüse ersetzen, evtl. im Ofen zubereiten (siehe auch Rezept Ofengemüse)
- Weissen Risottoreis verwenden, diesen nicht vorkochen, Bouillonmenge auf 2 l erhöhen

Geeignet für: Fleisch
Schwierigkeitsgrad: mittlere Anforderung