

Reissalat mit Gemüse

Sauce

Salz

Pfeffer

4 EL Essig

4 EL Rapsöl

4 EL Rahm

2 KL Dill, gehackt

1 kleine Knoblauchzehe, gepresst,
nach Belieben

alle Zutaten verrühren, zum Salat geben, sorgfältig mischen und abschmecken

2/3 KL Salz

würzen

400 g Langkornreis

beifügen, 15-20 Minuten weich köcheln, bis alle Flüssigkeit aufgesogen ist, etwas auskühlen

4 Tomate, in Würfel geschnitten

500 g grüne Bohnen, gekocht, in
Stücke geschnitten

400 g Maiskörner, gekocht

alle Zutaten mit dem Reis mischen

8 dl Wasser

aufkochen

Varianten

Reisreste verwenden

Andere Gemüse oder Gemüsereste verwenden **Geeignet**

für: vegetarisch, Resteverwertung

Schwierigkeitsgrad: mittlere Anforderung