Gemüsepaella -vegan-

Foto von Gisela Martin

Zutaten (3-4 Personen):
1 EL Öl
200 gr. Reis (möglichst Paellareis, z.B. Bomba)
1 Dose Tomaten mit Stückchen
1 rote Paprika
1 Zucchini
500 ml Wasser
1 Dose Erbsen
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
Paprikapulver
Petersilie frisch (alternativ getrocknet)
Salz/Pfeffer

Zubereitung:
Paprika/Zucchini/Zwiebel würfeln (Würfelschneider). Knoblauch klein schneiden.

In CC, Kochrührelement, 140 Grad, Öl erhitzen. Rührintervall 2. Gewürfeltes Gemüse zugeben und andünsten.

Reis/Paprikapulver ebenso zugeben und kurz anschwitzen. Mit Wasser und stückigen Tomaten ablöschen. Ebenso Erbsen zugeben.

Rührelement entfernen. Temperatur herabsenken auf 100 Grad, Spritzschutz aufstellen, Timer auf 23 Minuten stellen.

Jetzt hat man Zeit sich die kommenden 23 Minuten um die schöneren Dinge des Lebens zu kümmern bzw. den Tisch zu decken und die Küche wieder in Ordnung zu bringen.

Probieren, ob der Reis fertig ist (sonst noch 1 oder 2 Minuten nachsitzen lassen), mit Salz/Pfeffer und Petersilie würzen und kräftig Zitronensaft darüberträufeln.

Guten Appetit!