

Reissalat mit Paprika und Käsewürfeln

Salate » Reis-Salate

Zutaten (4 Personen)

- » 200g Reis
- » 1 rote Paprika
- » 1 gelbe Paprika
- » 200g Gouda
- » 5 EL Öl
- » 2 EL Weißwein-Essig
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Thymian

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

bis 5€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Den Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Anschließend mit der doppelten Menge Wasser zum Kochen bringen und dann zugedeckt bei schwacher Hitze quellen lassen, bis die Flüssigkeit von den Körnern aufgenommen ist. Danach etwas abkühlen lassen.

2. Die Paprika waschen, halbieren, putzen und entkernen. Die Schoten in Rauten schneiden. Den Käse in Würfel teilen.

3. Das Öl mit Essig, Salz, Pfeffer verrühren und mit dem Reis, den Thymianblättchen und den Paprikarauten mischen. Salat auskühlen und ziehen lassen.

4. Den Reissalat vor dem Servieren nochmals nach Belieben kräftig mit Salz sowie Pfeffer abschmecken und mit den Käsewürfeln bestreuen.

Tipp: Statt der gelben eine grüne Paprika verwenden. Salat mit Champignons oder gebackenen Fetawürfeln verfeinern.

Nährwerte: 450kcal/E20g/F22g/KH41g pro Portion

angelegt am: 01.03.2005

Rezept-Nr: 1601

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke