



Zutaten

- 4 EL Erdnussöl
- 3 Schalotten, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Hand voll Erdnüsse
- 300 g gekochter Langkorn-Vollreis
- 100 g frische chinesische Pilze oder 10 g getrocknete chinesische Pilze
- 100 g ausgelöste frische Erbsen
- 100 g Sojasprossen
- 2-3 EL Sojasauce
- einige EL Gemüsebrühe
- 1 EL Reiswein
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

1. Die getrockneten chinesischen Pilze 30 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen, ausdrücken, in Streifen schneiden. Frische Pilze je nach Grösse zerkleinern.
2. Schalotten und Knoblauch in einer beschichteten Bratpfanne oder im Wok in 2 EL Erdnussöl glasig dünsten, die Erdnüsse zugeben und braten, beiseite stellen.
3. Restliches Erdnussöl erhitzen, Reis, Pilze, Erbsen und Sprossen zugeben, mit Sojasauce, Gemüsebrühe, Reiswein, Salz und schwarzem Pfeffer würzen, unter ständigem Rühren braten. Erdnüsse untermischen.