



Zutaten

- für 4 Personen als Mahlzeit
- 2 El Erdnussöl
- 2 Knoblauchzehen
- 2 kleine frische rote Chilischoten
- 200 g Poulet-/ Hühnerfleisch, sehr fein gehackt oder durch den Fleischwolf gedreht
- 1 1/2 El Fischsauce
- 1 TL Zucker
- 1 El pikante helle Sojasauce
- 1 Hand voll Basilikumblätter
- 300 g gekochter Parfümreis (entspricht 100 g rohem Reis)
- 1 kleine Zwiebel, in feinen Ringen
- 1/2 rote oder grüne Peperoni / Paprikaschote

Zubereitung

1. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Chilischoten nach Belieben entkernen, dann fein hacken. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die Peperonihälfte entkernen und in feine Streifen schneiden.
2. Das Erdnussöl in einer Bratpfanne oder in einem Wok stark erhitzen, Knoblauch darin goldbraun braten. Chilis und Pouletfleisch zugeben und kurz braten. Fischsauce, Zucker und Sojasauce zugeben, bei starker Hitze einige Minuten rührbraten. Zuerst Basilikumblätter, dann den Reis untermischen. Zwiebeln und Peperoni unterrühren.

RISO Schwanengasse 5+7 Postfach 3001 Bern

T: 031 328 72 72 info@riso.ch