

"paksoi-paprika-risotto"

"paksoi-paprika-risotto"

veganistische rijstschotel van warme groente gekruid met komijn

benodigdheden:

1. ronde bruine rijst
2. paksoi
3. rode paprika
4. knoflook
5. zonnebloemolie
6. aanhangend water
7. zout
8. sambal
9. komijn

bereidingswijze:

meet de ronde bruine rijst af en was met koud water
schil en snij de knoflook fijn

verhit zonnebloemolie in een pan voor de rijst
fruit fijngesneden knoflook in hete zonnebloemolie
bak de ronde bruine rijst voor 5 minuten mee
voeg 1 deel water toe en laat voor 30 minuten koken
op laag met een warmhoudplaatje ertussen
en laat daarna het eventuele resterende vocht verdampen

ondertussen...

was, ontdoe van zaadlijsten en snij de rode paprika klein
was en snij de paksoi in harde en dunne reepjes

verhit zonnebloemolie in een koekenpan of braadpan voor de groente
roerbak klein gesneden rode paprika met aanhangend water in hete zonnebloemolie
voeg daarna de harde reepjes paksoi met aanhangend water er al roerend aan toe
breng op smaak met zout, sambal en komijn
laat het geheel 10 minuten pruttelen op laag vuur
en voeg tot slot de zachte reepjes paksoi met aanhangend water er voor 5 minuten aan toe

opdiene:

serveer de warme groente over de knoflookrisotto in diepe borden
en laat de borden nog voor 5 minuten afkoelen

eetsmakelijk de pakelijk allemaal :)

© augustus 2015, zwaluwenkermis, BasicPublishing.nl