

Sonja Steinbäck

User

Bunter Reissalat

Hauptspeise

Rezept-Gewinnspiel

Salate



ZUBEREITUNG  SCHWIERIGKEIT: ● ● ○ ○ ○ ZEIT: 30 MIN. 

Reis kochen, Tomaten, Paprika und Frühlingszwiebel waschen und schneiden. Paprika in feine Würfel und Zwiebel in feine Ringe. Käse in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter von den Stielen zupfen. Öl mit Zitronensaft verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Avocado schälen, halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Alle Zutaten zusammen mischen und das Dressing unter rühren. Den Salat dann ca. 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

ZUTATEN

200g Reis

Salz

300g Cocktailtomaten

1 gelbe Paprika

1 Bund Frühlingszwiebeln

120g Gauda

1/2 Bund Petersilie

4-6 Esslöffel Olivenöl

Saft von 1 Zitrone

Pfeffer

1 Avocado