



Reissalat

Zutaten für 4 Personen:

250 g Reis (z.B. Hom Mali Bio Duftreis)*

2 Paprikaschoten, gelb und/oder orange

200g Kirschtomaten

2 kleine Zucchini

1 kleine rote Zwiebel

reichlich glatte Petersilie, frisch

4 EL Olivenöl* + 1 EL feiner Essig (z.B. Mangobalsam* oder Honigbalsam*)

3 EL Orangensaft*

1 gestrichenen TL Curry*, schwarzer Pfeffer*, Salz*

Den Reis wie auf der Packung beschrieben zubereiten.

Zwiebel fein würfeln, Petersilie fein schneiden. Zucchini und Paprika putzen und fein würfeln. Kirschtomaten vierteln.

Aus Olivenöl, Essig, Orangensaft und den Gewürzen eine Marinade herstellen.

Alles mischen und eine Stunde durchziehen lassen. Noch einmal mischen und ggf. abschmecken.

Tipp: Eine nussige Variante erreicht man durch geröstete Pinienkerne, gerösteten Sesam* oder gehackte Cashewkerne*.

Zutaten mit Sternchen * erhalten Sie im fair