

Gebratener Reis mit Ei und Gemüse

Der gebratene Reis mit Ei und Gemüse ist ein schmackhaftes Gericht. Das Rezept wird im Wok oder in der Bratpfanne zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

150 g	Reis
400 g	Mischgemüse (TK)
	Pflanzenöl
1 Stk.	Zwiebel (mittelgroß)
1 Stk.	Knoblauchzehe
3 Stk.	Eier
	Salz
	Pfeffer (aus der Mühle)

Zubereitung

1. Den [Reis](#) laut Packungsanleitung in Wasser garen, abseihen und auskühlen lassen. Das TK-Mischgemüse rechtzeitig vom Gefrierfach nehmen und antauen lassen. Die Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und klein zerschneiden.
2. Etwas Pflanzenöl in einem Wok oder größerer Bratpfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. Das [Gemüse](#) zugeben und anrösten. Jetzt die Eier in einer Tasse verquirlen, zugeben und stocken lassen. Alles verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Den gekochten Reis hinzugeben, gut vermengen und kurz anbraten lassen.

Unsere Empfehlung
Wokpfanne 28 cm
antihaf-versiegelung

 [hier bestellen](#)



Tipp

Zum gebratenen Reis mit Ei und Gemüse einen frischen, knackigen Kopfsalat mit Kürbiskernöl aus der Steiermark reichen.