

Gemüsereis mit grünem Spargel

Ein Rezept für den Dampfgarer aus der schnellen Küche. Der Gemüsereis mit grünem Spargel schmeckt auch als leichtes Hauptgericht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

250 g	Spargel (grünen)
1 Tasse	Basmatireis
1 Tasse	Weißwein
0.5 Tassen	Gemüsefond
1 Prise	Salz
1 Prise	Zucker
1 Schuss	Zitronensaft

Zubereitung

1. Ein saisonales Gericht ist der **Gemüsereis mit grünem Spargel**. Falls erforderlich, die Spargel Stangen schälen. In 4 bis 5 Zentimeter Stücke schneiden und Zitronensaft darauf geben.
2. Salz und Zucker auf den Spargel geben, der in einer gelochten Schüssel 6 Minuten bei 100 Grad Celsius gart. Im Anschluss geht der Reis mit Wein, Salz und Gemüsefond in einen geschlossenen Behälter und dann für 25 Minuten in den Dampfgarer.
3. 5 Minuten vor der Fertigstellung den Spargel hinzufügen. Achtung: Der Dampfgarer muss auf die Stufe „Garen Gemüse“ auf 100 Grad Celsius eingestellt werden.

Tipp

Der Gemüsereis mit grünem Spargel eignet sich hervorragend als Beilage zu Fischgerichten.