

Gebratener Reis mit Ei und Gemüse



150 g gekochter Jasmin Reis vom Vortag

1 Knoblauchzehe

½ Paprika

2 Eier

1-2 Frühlingszwiebeln

2 EL Sojasoße

Sesamöl zum Anbraten

Salz und Pfeffer optional

Sesam zum Garnieren

1. Etwas Sesamöl in einer beschichteten Pfanne oder einem Wok auf mittlerer Stufe erhitzen.
2. Klein geschnittene Paprika und gehackte Knoblauchzehe in die Pfanne bzw. in den Wok hinzugeben und anbraten.
3. Wenn der Knoblauch anfängt leicht braun zu werden, dann den Reis hinzugeben und die Hitze leicht erhöhen.
4. Sobald der Reis etwas braun wird, mit Sojasoße ablöschen.
5. In der Mitte der Pfanne / Wok etwas Platz schaffen, um die beiden Eier in die Mitte hinzugeben; ggf. kann noch etwas Sesamöl hinzugegeben werden.
6. Eier 1-2 Minuten stocken lassen und erst dann mit dem Umrühren anfangen.
7. Klein geschnittene Frühlingszwiebel untermischen; optional noch mit Salz und Pfeffer.
8. Mit Sesam garnieren und servieren.