

# Djuvec-Reis



## Zutaten für 4 Personen



- 2 Knoblauchzehen
- 2 große Zwiebeln



- 2 Paprikaschoten



- 2 mittelgroße Tomaten



- 1 EL Paprikapulver
- 4 EL Tomatenmark



- 200 g Vollkornreis



- 500 ml Gemüsebrühe



- 150 g Ajvar, mild



- 150 g tiefgekühlte Erbsen



- 2 EL Olivenöl



- etwas Jodsalz mit Fluorid
- etwas schwarzer Pfeffer
- etwas Petersilie

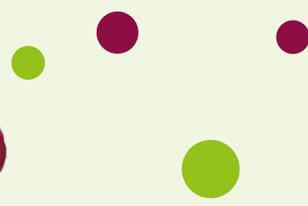


## Küchenwerkzeuge Zeit 50 min

- Küchenwaage
- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Messbecher
- Große Pfanne mit Deckel
- Rührlöffel

### \* Variation

Statt der Erbsen kann man auch grüne Bohnen verwenden. Wer es scharf mag, kann beim Ajvar auch zur scharfen Variante greifen.



[www.in-form.de](http://www.in-form.de)  
[www.diekuechenpartie.de](http://www.diekuechenpartie.de)

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages



## Zubereitung für 4 Personen

- 1** Knoblauch und Zwiebeln schälen. Paprikaschoten waschen und putzen. Tomaten waschen und entkernen. Alles in kleine Würfel schneiden. Erbsen auftauen lassen.
- 2** Öl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und das gewürfelte Gemüse etwa 5 Minuten scharf anbraten.
- 3** Hitze zurücknehmen. Paprikapulver und Tomatenmark über das Gemüse geben, alles umrühren und 1 bis 2 Minuten weiterbraten.
- 4** Reis in die Pfanne geben und mitbraten, bis nur noch wenig Flüssigkeit übrig ist.
- 5** Die Reismischung mit heißer Gemüsebrühe ablöschen. Ajvar, Salz und Pfeffer unterrühren.
- 6** Bei niedriger Hitze etwa 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen und dabei gelegentlich umrühren.
- 7** Währenddessen Petersilie waschen, trockenschütteln und fein schneiden.
- 8** Angetaute Erbsen und Petersilie unterrühren und weitergaren bis der Reis gar ist. Dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.

## Eigene Notizen

---

---

---

---

---

## Djuvec-Reis



## Tipps + Tricks

- Djuvec ist ein Reisgericht in der südosteuropäischen Küche. Dazu wird häufig Lamm-, Rind- oder Schweinefleisch gegessen.
- Übrigens: Dieses Rezept ist vegan.

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages