



Gebratener Reis mit Gemüse und Hähnchen



Zutaten

Menge

150 g	braune Champignons
1 Handvoll	Mungobohnensprossen
1	Frühlingszwiebel
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
	Salz
1	Hähnchenbrustfilet
3 EL	Sojasoße
2	Schalotten
2	Knoblauchzehen
	Kurkuma
2 EL	Kokosöl
1 EL	Sambal Olek
1 EL	Öl
2	Eier
300 g	gekochter Basmatireis

Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min.

pro Portion: 2433 kJ, 581 kcal, 53,6 g Kohlenhydrate, 41,8 g Eiweiß, 23,8 g Fett, 300 mg Cholesterin, 4,64 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

schnell **spicy**

Zubereitung

Nasi Goreng ist ein traditionelles indonesisches Reisgericht, welches du unbedingt einmal ausprobieren solltest! Du kannst ganz einfach für dein Nasi Goreng die Zutaten nehmen, die du noch in deinem Kühlschrank findest. Wir haben unser Nasi Goreng zum Beispiel mit Hähnchen, Champignons und Mungobohnensprossen zubereitet. Natürlich haben wir unser Nasi Goreng zum Schluss auch noch mit einem perfekt gebratenen Spiegelei und Frühlingszwiebeln getoppt. Das Beste aber ist, dass du das Nasi Goreng in Nullkommanichts zubereiten kannst. Probiere unser Rezept für Nasi Goreng unbedingt einmal zuhause aus! So einfach geht's:

Step 1:

Zuerst schneidest du die Schalotten und die Knoblauchzehen in ganz feine Würfel. Die Pilze in Scheiben schneiden. Das Hähnchenbrustfilet schneidest du in kleine Streifen.

Step 2:

Nun 1 EL Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und zuerst das Hähnchen ganz heiß und kurz anbraten. Dann die Schalotten, den Knoblauch und die Pilze dazugeben und kurz weiter rösten. Nun kommt der zweite Esslöffel Kokosöl dazu und ebenso der Reis. Den Reis gut anrösten, dann kannst du alles mit Sojasoße, Sambal Olek, etwas Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen.

Step 3:

In der Zwischenzeit schneidest du die Frühlingszwiebel in feine Ringe. Jetzt noch 1 EL Öl in einer anderen Pfanne erhitzen und darin 2 Eier zu Spiegeleiern braten. Diese salzen und pfeffern.

Step 4:

Zum Schluss gibst du die Sprossen noch für etwa eine Minute mit zum Reis und servierst das Nasi Goreng dann mit einem Spiegelei und ein paar Frühlingszwiebeln bestreut.