

## Karibische Reispfanne mit Putenfleisch und Pfirsich



*kleinkindtauglich*

### Zutaten für 4 Portionen:

- 250 g Basmatireis
- ca. 400 g Putenfleisch
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 große rote Paprikaschote
- 1 Dose Pfirsiche
- 4 TL [Gemüsebrühe](#)
- Salz
- 1 Dose Kokosmilch
- 2 TL Currypulver
- 3 Möhren

**Arbeitszeit:** ca. 20 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 10 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 30 Minuten

### So bereitest du die Karibische Reispfanne zu

1. Koche zuerst den Basmatireis nach Packungsanleitung.
2. In der Zwischenzeit schälst du die Zwiebel und schneidest sie in kleine Würfel.
3. Nimm dir dann das Putenfleisch und schneide es ebenfalls in kleine Stücke. Presse oder reibe den Knoblauch dazu.

4. Jetzt erhitzt du etwas Kokos- oder Olivenöl in einer Pfanne und brätst darin die Zwiebelwürfel, den Knoblauch und das Putenfleisch an.
5. Schäle die Möhren und schneide sie in kleine Stücke, das gleiche tust du mit der Paprika.
6. Brate dann die Möhrenscheiben und die klein geschnittene Paprika separat in einer großen Pfanne oder in einem Wok in etwas Öl an.
7. Löse die Gemüsebrühe oder –paste in der Kokosmilch auf, gib sie dazu und lass alles aufkochen.
8. Schließlich rührst du nacheinander den Reis, das Putenfleisch und die kleingeschnittenen Pfirsichstückchen unter und schmeckst die Karibische Reispfanne mit Currypulver und Salz ab.

Lasst es euch schmecken!

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

