

Reispfanne mit Gemüse



kleinkindtauglich

Zutaten für 2 Portionen:

- Reis vom Vortag
- 1 Zucchini und 1 Paprikaschote oder anderes Gemüse der Saison
- 1 Päckchen passierte Tomaten
- 1 kleine Dose Mais
- 1 EL Gemüsebrühe
- 2 EL Frischkäse

Arbeitszeit:

ca. 15 Minuten

So wird die Reispfanne zubereitet

1. Für die Reispfanne nehme ich mir immer das Gemüse, das mir mein Kühlschrank gerade her gibt. Paprika und Zucchini eignen sich besonders gut, Das Gemüse wird dann erst mal gründlich gewaschen und in kleine Würfel geschnitten.
2. Außerdem schäle ich eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe und schneide sie in kleine Würfel.
3. Das Gemüse, Zwiebel und Knoblauch werden nun in einer Pfanne mit Olivenöl angebraten. Wir mögen auch gern Würstchenscheiben, Schinkenwürfel oder Jagdwurstwürfel dabei – darauf könnt ihr aber für eine vegetarische Variante auch verzichten.
4. Als nächstes kommt der Reis mit in die Pfanne und wird dort kurz angebraten. Dann gebe ich die passierten Tomaten und die Gemüsebrühe dazu und lasse die Reispfanne nochmal kurz aufköcheln.
5. Zum Schluss rühre ich noch den Mais und den Frischkäse unter – fertig. Wer mag, dekoriert nun noch hübsche Teller. Lasst es euch schmecken!

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

