

MARINIERTE VEGETARISCHE BÄLLCHEN MIT REIS

ZUTATEN

1 Packung garden gourmet
Vegetarische Balls

25 ml Sojasauce

½ Esslöffel Austernsauce

1 Teelöffel Sesamöl

½ Teelöffel Ingwer

½ Esslöffel Honig

½ Teelöffel Knoblauchpulver

schwarzer Pfeffer

200 g weisser Reis

2 Frühlingszwiebel

1 Esslöffel Sesam

2 Esslöffel Granatapfelkerne

4 Esslöffel Mais

 2 PORTIONEN

 30 MIN

 MITTLERE

Probier dieses vegetarische Abendessen, zubereitet mit leckeren Garden Gourmet Vegetarian Balls und der knusprigen Textur von Mais und Granatapfel.

ZUBEREITUNG

1. Marinade zubereiten

Marinade zubereiten: hierfür Sojasauce, Austernsauce, Sesamöl, Ingwer, Honig, Knoblauchpulver und schwarzen Pfeffer miteinander vermischen. Die vegetarischen Bällchen in die Marinade legen und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank marinieren lassen.

2. Reis kochen

Den Reis kochen gemäss den Anweisungen auf der Verpackung.

3. Vegetarische Bällchen kochen

Öl in eine Bratpfanne geben und die vegetarischen Bällchen anbraten. Den Rest der Marinade für den Schluss aufbewahren.

4. Anrichten und geniessen

Den Reis auf die Schalen verteilen und mit den marinierten Bällchen, Sesam, Frühlingszwiebeln, Granatapfelkernen und Mais belegen. Anschliessend die restliche Marinade darüber geben.

**FINDE WEITERE REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.CH/DE**