

Vietnamesische Reispfanne mit Shrimps und Gemüse

Zutaten (4 Personen):

- 500 g thailändischer Duftreis
- 125 g Zuckerschoten
- 125 g Sojasprossen
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1-2 Möhren
- Pflanzenöl
- vietnam. Fischsoße
- vietnam. Chilisoße (Schärfegrad nach Belieben)
- 3 Eier
- 1-2 Knoblauchzehen
- 250 g geschälte Shrimps

Zubereitung:

Den Reis gründlich unter fließendem Wasser waschen, dann in einem Topf mit Wasser bedecken (etwa ein Finger breit über dem Reis) und aufsetzen. Wenn das Wasser kocht, die Hitze reduzieren und den Reis bei geschlossenem Deckel quellen lassen.

Die Möhren in dünne Stifte, die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe und die Zuckerschoten der Länge nach schneiden. Die Shrimps in heißem Wasser sehr kurz blanchieren (bis sie eine rote Farbe annehmen) und zur Seite stellen.

In einer großen Pfanne oder einem Wok das Öl erhitzen, den Knoblauch hineinpressen und andünsten. Die Eier in die heiße Pfanne schlagen und verrühren, bis die Masse stockt. Dann den Reis mit etwas Fischsoße würzen und zu den Eiern geben, dabei ständig umrühren. Jetzt nacheinander die Möhren, Zuckerschoten und Frühlingszwiebeln unterrühren. Dann die Shrimps und Sojasprossen dazugeben und weiter garen. Mit Pfeffer und Salz würzen.

In einem Schälchen mit ein paar Tropfen Chilisoße servieren (Vorsicht: scharf!).

Quelle:

???