

Zucchini Rezepte

Gemüse Eintopf mit Zucchini

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Eintopf, Geflügel, Gemüse, Pute, Zucchini

1 Beutel Langkorn-Patna-Reis
-(125 g)
200 g Putenschnitzel
2 Zwiebeln
1 Zucchini (300 g)
150 g frische Champignons

1 Möhre
2 Essl. Butterschmalz
1/2 Liter Brühe (Instant)
150 g tiefgefrorener Broccoli
100 g tiefgefrorene Erbsen
einige Oreganoblättchen

Den Reis nach Packungsaufschrift zubereiten. Das Putenschnitzel in Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein hacken.

Zucchini, Champignons und Möhre waschen; Zucchini und Champignons in Scheiben, die Möhre in Stifte schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne auf 3 oder Automatik-Kochstelle 9-12 erhitzen, die Putenwürfel anbraten, die Zwiebelwürfel und Champignonscheiben zufügen und auf 21/2 oder Automatik-Kochstelle 6-8 mitdünsten. Mit Brühe aufgießen.

Die Zucchini-scheiben und Möhrenstifte zugeben und 5-8 Minuten garen. Dann die Erbsen einstreuen und den Reis aus dem Kochbeutel unterheben. Noch einmal auf 3 oder Automatik-Kochstelle 9-12 aufkochen, mit Oreganoblättchen bestreuen.