

SCHARFER REIS-SALAT



www.ruesselheim.com

Zutaten für 4 Portionen

- 300 g Basmati-Reis
- 300 g Maiskörner (1 Dose)
- 250 g Kidneybohnen (1 Dose)
- 170 g Champignons (1 Dose)
- 4 Gewürzgurken, gewürfelt
- 2 grüne milde Peperoni, in Scheiben
- 1 rote Paprikaschote, gewürfelt
- 1 Zwiebel, gehackt
- 10 Tropfen Tabasco
- 4 EL Weizenkeimöl
- 4 EL Kräuternessig
- 1 EL Schnittlauch, gehackt
- 1 TL Ahornsirup
- 1 TL Ursalz
- 1 Prise Cayennepfeffer

Zeit

ca. 40 Minuten

Zubereitung

1. Reis mit der doppelten Menge Wasser zum Kochen bringen und 20 Minuten garen und auf Handwärme abkühlen lassen
2. Salatsoße aus Weizenkeimöl und Essig, ggf. etwas Liebstöcklwürzsoße (Maggi®) anrühren. Zwiebel, Gurken, Ahornsirup, Tabasco, Schnittlauch, Cayennepfeffer und Salz hinzugeben.
3. Reis mit der Soße vermischen. Alle Zutaten unterheben.