



# Gemüsereis

von Joël Wirz

Mengen für 10 Personen

|                    |                                                                                                             |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 800 g Langkornreis | kochen                                                                                                      |
| 200 g Rüebli       |                                                                                                             |
| 100 g Lauch        |                                                                                                             |
| 200 g Broccoli     |                                                                                                             |
| 200 g Zucchini (g) |                                                                                                             |
| 200 g Tomaten      | Gemüse fein schneiden, in Olivenöl anbraten (der festigkeit nach, Tomaten am Schluss), würzen, Reis begeben |