



Riz Casimir Glutenfrei von segura.yves@gmail.com

Mengen für 1 Personen

7.5 g Butter	schmelzen
5.0 g Curry	
10 g Mehl	GLUTENFREIERS MEHL auf kleiner Stufe unter ständigem Rühren dünsten
1.0 g Bouillion	I Like Bouillon
1.0 dl Wasser	ablöschen und unter ständigem Rühren aufkochen. Mit Salz und Pfeffer und ein wenig Muskat abschmecken.
100 g Pouletgeschnetzeltes	kurz anbraten und in Currysauce geben.
5 dl Wasser	salzen und aufkochen
50 g Langkornreis	auf kleiner Stufe 8-10 Minuten kochen. Danach in im Backofen bei 150°C 8-10 Minuten trocknen, ab und zu mit der Gabel lockern und Butterflöckchen darüber streuen.
40 g Fruchtsalat	erhitzen und zum Gericht servieren