

Riz Casimir Vegi von Jamaica

Mengen für 5 Personen

mit Tofu statt Pouletgeschnetzelm

Tags: Vegetarisch

37.5 g Butter	schmelzen
25 g Curry	
50 g Mehl	auf kleiner Stufe unter ständigem Rühren dünsten
5.0 g Bouillion	
5 dl Wasser	ablöschen und unter ständigem Rühren aufkochen. Mit Salz und Pfeffer und ein wenig Muskat abschmecken.
1.5 Stück Bananen (Stk)	schneiden
5.0 Stück Ananasscheiben	Schneiden und zusammen mit den Bananen in Butter anbraten, in Sauce geben
250 g Tofu	in Scheiben schneiden, mit Haushaltspapier trockentupfen, dann zerbröckeln und in Currysauce geben
2.5 Liter Wasser	salzen und aufkochen
400 g Langkornreis	auf kleiner Stufe kochen