



## GEMÜSEREIS MIT SCHWEINELENDEN

Zubereitungszeit:  
50 Minuten

Portionen:  
2

### Zutaten:

- 1 Kochbeutel Reis gekocht
- 2 mittelgroße Karotten
- 1 Paprika Gelb
- ½ Zucchini
- 1-2 Knoblauch Zehen
- 2 Stangen Jungzwiebel
- 5 Kirschtomaten
- 35 dag. Schweinelende

### Zubereitung:

- Gemüse in Würfel schneiden
- Zuerst Karotten in einem Topf anschwitzen
- Dann Jungzwiebel, Knoblauch und Zucchini dazugeben weiterrösten
- Nun geben wir Paprika dazu kurz mit rösten
- Und dann den Reis dazugeben
- Mit Salz Pfeffer und Asiatischer Gewürzmischung abschmecken.
- Schweinelende in der Pfanne scharf anbraten und dann auf kleiner Flamme rosa fertig braten.

### **Fertig!**

Ich wünsche allen ein gutes Gelingen und guten Appetit.

---

**Und zum Schluss wünsche Ich allen Schwimmern des SK VÖEST  
eine gute Saison und viel Erfolg! Christian Hillinger**

---

Mehr Beiträge findet ihr unter <https://www.food-tastic-eats.at>