



## Gemüse-Djuvec

### Zutaten

- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 400 g Gemüse
- 200 g Reis
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Fix für Reis Djuvec Art

### Zubereitung

1. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Gemüse darin andünsten.
2. Reis zufügen und mitdünsten. Wasser zugießen. MAGGI Food Travel Fix für Reis Djuvec Art einrühren und zum Kochen bringen.
3. Bei geringer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 20 Minuten ausquellen lassen.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	60 g
Energie	353 kcal
Fett	9 g
Protein	8 g

🕒 32 Minuten

⊕ 3 Portionen