



Bratwurstbällchen- Pfanne mit Reis

Zutaten

- 150 g rote Paprikaschote(n)
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 50 g Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 200 g Bratwurst, grob, ungebrüht
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 700 ml Wasser
- 150 g Reis
- 1 Beutel MAGGI Fix für Paprika Hack Pfanne

Zubereitung

1. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Knoblauchzehe(n) durchpressen. Aus dem Brät von Bratwürsten walnussgroße Bällchen formen.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Die Bällchen darin von allen Seiten anbraten und herausnehmen. Paprikastreifen, Frühlingszwiebeln und Knoblauch im Bratfett anbraten.
3. 600 ml Wasser zugießen, aufkochen und Reis hinzugeben. Bratwurstbällchen zugeben und bei mittlerer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 15 Min. kochen, bis der Reis gar ist.
4. MAGGI Fix für Paprika Hack Pfanne in einem Messbecher mit dem restlichen Wasser verrühren, in die Pfanne zu den übrigen Zutaten gießen und nochmals aufkochen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	52 g
Energie	474 kcal
Fett	22 g
Protein	17 g

🕒 35 Minuten

⊕ 3 Portionen