

## Schmeckt perfekt



Rezept von Konstantin Filippou

Reis mit Meeresfrüchten

35 Minuten/leicht

---



### Zutaten für 4 Personen

500 g Riesengarnelen, 250 g Venusmuscheln (Vongole), 250 g Miesmuscheln

Für den Reis: 400 g Basmati-Reis, Salz, 1 Bund Jungzwiebeln (in feine Ringe geschnitten), Olivenöl.

Für die Sauce: 1 große Zwiebel (geschält und in Scheiben geschnitten), 3 Knoblauchzehen (halbiert), 1 kleiner grüner Paprika (in Streifen geschnitten), 1 kleiner roter Paprika (in Streifen geschnitten), 4 reife Tomaten (entkernt und geschnitten), 1 TL Zucker, 1 EL Rotweinessig, 1/2 TL Cayennepfeffer, 1 EL Paprikapulver, Olivenöl, Salz, Pfeffer.

Für den Pak Choi: 4 kleine Pak Choi, Salz, Olivenöl, 4 EL Dille (fein gehackt).

### Zubereitung

Die Garnelen schälen und den Darm entfernen. Den Reis in gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, darin Knoblauch, Zwiebel, Paprika, Tomaten und Garnelen anbraten. Mit Essig ablöschen, Paprikapulver, Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer zugeben, mit etwas Wasser aufgießen und bei geringer Hitze kurz schmoren lassen.

Die Muscheln zugeben und zugedeckt 4 bis 5 Minuten weiter garen. Abschließend etwas Olivenöl zugeben und die Pfanne vom Herd nehmen.

Den fertig gekochten Reis abseihen und mit Salz, Olivenöl und Jungzwiebelringen vermengen.

Den Pak Choi gründlich waschen, halbieren und die Herzen mit Salz, Olivenöl und Dille marinieren.

Den Reis in tiefen Tellern platzieren und Cayennepfeffer darüber streuen. Den Meeresfrüchte-Eintopf darauf anrichten und den marinierten Pak Choi dazulegen.