

Thailändischer Reis mit Tunfisch

(Khao Pad Plaah Thuna)

Zutaten

3 Knoblauchzehen
150g Dosentunfisch
50g Mais
50g feine Erbsen
50g rote Paprika
250g ungekochter Reis (750g gekocht)
2 EL Fischeauce
2 EL Sojasauce
2 EL Öl
Koriander

Zubereitung

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und den Reis kochen. Den Knoblauch würfeln und in der Pfanne dünsten. Den Thunfisch zerpfücken und das Gemüse in feine Würfel schneiden. Anschließend die verschiedenen Gemüse gemeinsam mit dem Tunfisch zu dem Knoblauch in die Pfanne geben und ca. 2 Minuten braten.

Den Reis mit der Fisch- und Sojasauce zu dem gebratenen Gemüse geben und 2 Minuten durchziehen sowie erwärmen lassen. Abschließend mit Koriander abschmecken.