

Basmatireis mit Curryspinat bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

400 gr Basmatireis, 600 gr Blattspinat (tiefgefroren), 2 Bananen, 1 große Dose Ananas in Scheiben, 2 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 2 Becher Creme fraiche, Spritzer Worcestershiresauce, Curry, gr Margarine, ml Gemüsebrühe.

Die Zubereitung:

Die Zwiebeln fein würfeln und in Margarine glasigdünnen. Mit wenig Gemüsebrühe angießen, den Spinat dazugeben und bei kleiner Flamme auftauen lassen. Dann die Bananen in Scheiben und die Ananasringe in Stücke schneiden, mit der halben Dose Saft zum Spinat geben, kurz aufkochen lassen. Creme fraiche unterrühren und mit allen Gewürzen sehr pikant abschmecken.
Den Basmatireis nach Vorschrift kochen.