

Pikantní ananasová rýže



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 20min , Porce: 2

1024 kalorií , **0 g** cukrů , **28 g** tuků , **16 g** bílkovin

Autor: andrea92

Odkaz: <https://srecepty.cz/pikantni-ananasova-ryze>

Příprava

Ananas rozkrojíme na půlku. Vydlabeme dřeň a nasekáme na kostičky. Dáme vařit rýži. Nakrájíme nať cibulky, koriandr a papričku a promícháme s ananasovou dření. Orestujeme česnek, přidáme rýži, sojovou omáčku a důkladně promícháme. Restujeme, dokud se vše neprohřeje. Naplníme vydlabané půlky ananasu.



Tip k receptu

Můžeme ozdobit lístky petrželky.

Ingredience

- ✓ 1 kousek ananasu
- ✓ 3 jarní cibulky
- ✓ 1 kousek chilli papričky
- ✓ 2 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 1 lžíce sojové omáčky
- ✓ 1 lžička cukru krystalu
- ✓ 1 sklenka dlouhozrné rýže
- ✓ 1 snítka koriandru
- ✓ 1 snítka petrželky

Kategorie

Obyčejný den, Léto, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Klasika, Rodina, Hlavní chod