



Gebratener Reis mit Ei und Lauch

Dan chao fan

»Dan chao fan« ist ein klassisches chinesisches Gericht, das als gebratener Reis bekannt ist. Es besteht typischerweise aus Reis, Eiern, Gemüse und manchmal Fleisch wie Schweinefleisch oder Garnelen. Der Geschmack ist herzhaft und leicht würzig, mit einer angenehmen leichten Süße des gebratenen Gemüses.

Herkunft: China

Kategorie: Beilagen, Reisgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Stange(n) Lauch

4 Ei(er)

1 Msp Salz

1 Msp Pfeffer weiß

6 EL Pflanzenöl

150 g Reis

300 ml Wasser

Vorbereitung

Den Reis in das Wasser geben, aufkochen, und danach ca. 15 Minuten quellen lassen. In der Zwischenzeit den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Eier aufschlagen und mit Salz und Pfeffer gut verquirlen.

Zubereitung

Etwa 3 Esslöffel Öl erhitzen. Den Lauch darin kurz anbraten, dann herausnehmen und abtropfen lassen. 2 Esslöffel Öl dazugeben, die Eier darin braten, dann in Stückchen zerreißen und herausnehmen. Das restliche Öl in den Wok geben, den Reis darin kurz anbraten, Lauch und Eistückchen daruntermischen und das Gericht sofort servieren.