



Schmeckt warm und kalt. Der perfekte, nahrhafte und ausgewogene Büro-Lunch.

## One Pot Reis

Dieser One Pot Reis punktet durch frische Zutaten, sättigenden Reis, gehacktes Pouletfleisch und feine asiatische Komponenten. Der Riso Venere wurde nach der Liebesgöttin Venus benannt. Er ist bekannt für seinen knackigen Biss und den nussigen Geschmack. Perfekt als Mittagessen für unterwegs, schmeckt warm und kalt sehr gut.

Für 1 Person: Von **150 g grünen Spargeln** den unteren Teil abschälen, Spargeln schräg in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. **1 EL Olivenöl** in einer beschichteten Bratpfanne warm werden lassen. Spargeln ca. 2 Min. rührbraten, herausnehmen. In derselben Pfanne **60 g schwarzen Reis (Venerereis)** und **150 g gehacktes Pouletfleisch** ca. 2 Min. anbraten. **5 dl glutenfreie Bouillon** dazugiessen, Reis ca. 40 Min. al dente kochen. Spargeln, **1 EL glutenfreie Sojasauce**, **1 TL Limettensaft** und **2 EL ausgelöste Edamame** daruntermischen, **einige Korianderblättchen** darauf verteilen.