



Schweine-Rauchwurst in Paprikasauce auf aromatischem Basmatireis mit Dill

ca. 25min 2 personen

„Das ist doch Wurst mit Sauce!“ – Ups, da haben wir wohl kurz eine Redewendung zweckentfremdet. Aber Recht haben wir trotzdem, schließlich servieren wir heute genau das: Wurst mit Sauce. Und zwar eine herrlich aromatische Rauchwurst in einer fruchtigen Paprika-Tomatensauce, begleitet von lockerem Reis mit feinem Dill. Und mehr als das braucht es auch nicht, um satt und zufrieden zu sein. Also, Gabeln vollladen und genießen!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g biologische basmatirijst
- 1 paprika
- 2 tomaten
- 1 blikje biologische tomatenpuree
- 10g verse dille
- 2 rookworsten

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 teen knoflook
- 2el boter ⁷
- peper en zout
- 1tl suiker

KOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan
- waterkoker
- maatbeker
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

KOKTIP

Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen.

ALLERGENEN

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 820kcal, vet 41.2g, koolhydraten 96.0g, eiwit 26.2g



1. Reis kochen

In einem kleinen Topf 400ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10–12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



2. Gemüse schneiden

250ml Wasser in einem Wasserkocher oder kleinen Topf aufkochen. 2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1–2cm große Stücke schneiden. Die **Tomaten** grob würfeln, dabei den Strunk entfernen.



3. Sauce köcheln

Die **Tomaten**, die **Paprika**, das **Tomatenmark** und den Knoblauch in einer großen Pfanne mit 1EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3Min. anbraten. 1TL Zucker und das aufgekochte Wasser unterrühren, erneut aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 8Min. köcheln lassen, bis ein Teil der Flüssigkeit verdampft ist.



4. Würste garen

Den **Dill** fein schneiden. Die **Würste** in 0,5–1cm dicke Scheiben schneiden, in die **Sauce** geben und in weiteren ca. 4Min. gar köcheln.



5. Verfeinern und servieren

Den **Reis** mit **¾ des Dills** und 1EL Butter vermengen, bis die Butter geschmolzen ist. Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Reis** mit der **Sauce** und der **Wurst** anrichten und mit dem **restlichen Dill** bestreut servieren.



6. Schön soft bleiben

Mit der angegebenen Kochzeit behält die Paprika in der Sauce noch ein wenig Biss. Falls du deine Paprika lieber etwas weicher magst, kannst du die Sauce einfach ein paar Minuten länger köcheln lassen.