

LOOSLI



MARCEL'S REISAUFLAUF

MARCEL'S REISAUFLAUF



ZUTATEN

100 g Reis
250 g geraspelte Karotten
100 g Erbsen
250 ml Gemüsebrühe
Reis muss 1cm mit Wasser
und Gemüse bedeckt sein
250 g Lachs
20 g Pesto

SO WIRD'S GEMACHT

Reis, Karotten und Erbsen in eine Auflaufform geben. Mit der Gemüsebrühe zudecken. (1 cm bedecken)

Lachs auf den Reis und das Gemüse legen und mit Pesto bestreichen.

Das Ganze kommt bei 180°C für 35 - 40 Minuten in den Backofen.

Am Schluss wird der Lachs auseinandergezogen und alles miteinander vermischt.