

Ananas umplut cu orez și creveți

30—40 Min.

Pregătire

1. În primul pas, se taie ceapa roșie în bucăți grosiere, ceapa verde în inele fine și ardeii în benzi fine și cuburi.
2. Se taie ananasul în jumătate și se goleste de continut. Pulpa de ananas se taie fin.
3. Se încălzește uleiul de nucă de cocos într-o tigaie mare (tigaie wok dacă este posibil) se adaugă ceapa, se condimentează cu praful de usturoi și chili. Se adaugă crevetții. Se prăjește totul împreună timp de încă trei minute.
4. De îndată ce crevetții sunt gătiți, se adăugă orezul, pudra de curry și boiaua de ardei. Se pune orezul într-o parte în tigaie și se adaugă ouăle. Se amestecă continuu.
5. În cele din urmă, se adaugă cuburile de ananas și nucile de caju, după cum doriți. Se umple bolul de ananas scobit cu amestecul preparat. Inelele de ceapă verde se adaugă pe deasupra și se stropește preparatul cu puțin suc proaspăt de lămâie.

Ingrediente 2 Porții

= Kotányi Produkte

400 g	Orez Jasmine prefiert
10 bucăți	Creveți
1	Ananas
2	Ouă
1 bucată	Ardei gras
1 bucată	Ceapă roșie
1 bucată	Ardei roșu
3 fire	Ceapă verde
1 cană	Nuci de caju
2 linguri	Ulei de cocos
1 bucată	Lime
1 lingură	Usturoi granulat
1 vârf	Piper alb măcinat
2 linguri	Bio curry amestec de asezonare curry
1 vârf	Chili cu sare de mare