

## Reis-Pfanne mit Paprika



Arbeitszeit 45 Minuten



Diese Zutaten brauchst Du:

- Eine halbe Tasse Reis (60 g)
- 100 g Rinder-Hackfleisch
- Eine rote oder gelbe Paprika
- Eine Zwiebel
- Raps-Öl
- Jod-Salz und Pfeffer

Dieses Zubehör brauchst Du:

- Eine Bratpfanne
- Einen Kochtopf
- Ein Sieb
- Einen Braten-Wender
- Ein Küchen-Messer



Wasser in den Kochtopf geben.



Ein wenig Salz in das Wasser geben und das Wasser zum Kochen bringen.



Den Reis in das kochende Wasser geben.

Auf der Verpackung steht, wie lange der Reis in dem kochenden Wasser bleiben muss.



Wenn der Reis fertig ist, kannst Du den Reis in das Sieb geben.



Die Paprika gut abwaschen



Die Paprika in kleine Würfel schneiden.



Die Zwiebel schälen.



Die Zwiebel in kleine Stücke schneiden.



Einen Esslöffel Raps-Öl in die Pfanne geben.

Das Rinder-Hackfleisch in die Pfanne geben und gut anbraten.



Die Zwiebel-Stücke in die Pfanne geben und kurz mit andünsten.

Das Rinder-Hackfleisch mit Jod-Salz und Pfeffer würzen.



Die Paprika-Stücke in die Pfanne geben und kurz mit anbraten.



Ein wenig Wasser in die Pfanne geben und in der geschlossenen Pfanne 10 Minuten garen lassen.



Den fertigen Reis in die Pfanne geben.



Alles einmal gut verrühren, fertig.

Ich wünsche einen guten Appetit.

**Tipp: Zu dem Essen schmecken gebratene Pilze gut.**