Reis mit veganer Erdnuss-Ananassoße

Quelle: https://autonomekuechefueralle.blogspot.com/p/rezepte-alter.html

Zutaten für 30 Personen

- 4 kg Reis
- 4 Dosen Ananas (in Stücken)
- 8 mal Erdnussbutter (ohne Stücken)
- Gemüsebrüche (ohne Glutamat)
- 2,5 kg Zwiebeln
- Chili
- Salz
- Pfeffer
- 1 Knolle Knoblauch
- Paprikapulver
- Currypulver
- 1,5 kg Sojastücke

Zubereitung

- als erstes einen großen Topf nehmen und Wasser und Salz dazu geben und zum Kochen bringen, dann den Reis hinein geben, wieder kochen lassen, solange bis er die gewünschte Festigkeit hat
- jetzt die Sojastücken in eine Schüssel mit warmen Wasser geben, dazu die gewünschte Menge an Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und Paprikapulver dazugeben und einweichen lassen, bis es den gewünschten Weichegrad erreicht hat, dann die Sojastücken in ein Nudelsieb geben und abtropfen lassen
- nun einen großen Topf nehmen, Öl hinein geben und die Sojas- und Ananasstücken dazu geben, dann würzen und anbraten, jetzt die Zwiebeln in Streifen schneiden und zum Topf dazu geben und mit anbraten
- anschließend die Sojamilch zum Topf geben und kurz aufkochen lassen, dann Stück für Stück die Erdnussbutter unter ständigen Rühren langsam dazu geben und noch einmal aufkochen lassen

- jetzt einen Löffel nehmen und noch mal abschmecken und gegebenenfalls nachwürzen

Kleiner Tipp: Man kann noch extra Zwiebeln in einer Pfanne anbraten, kurz abschmecken mit Pfeffer und Salz mit oben drauf geben!







Version #2
Erstellt: 2026-05-11 06:57:55 UTC von capra
Zuletzt aktualisiert: 2026-05-11 07:07:11 UTC von capra