

herzhaft  
vegetarisch



## PAELLA MIT BUNTEM GEMÜSE

### Zutaten für 3 Portionen



2 EL  
Rapsöl



1/2 Stück  
Zwiebel



1 Stück  
Karotte



100 g  
Mais



1/2 Stück  
rote Paprika



100 g  
Tiefkühl-  
Erbsen



1 Stück  
Tomate



120 g  
Reis



250 - 300 ml  
Brühe



etwas  
Zitronen-  
saft



1 TL  
Kurkuma



n. B  
Salz & Pfeffer

### Zubereitung

**Schritt 1:** Zwiebel nach dem Schälen in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 2 Esslöffel Rapsöl glasig dünsten.

**Schritt 2:** Die Tomate in heißes Wasser legen und anschließend die Haut abziehen.

**Schritt 3:** Paprika, Möhren und Tomate in kleine mundgerechte Stücke schneiden. Danach zu den Zwiebeln geben und mit andünsten.

**Schritt 4:** 120 g Reis und 250 ml Brühe, sowie einen flachen Teelöffel Kurkuma zum Gemüse geben. Zugedeckt ca. 30 Minuten auf kleiner Stufe garen. Nach ungefähr 15 Minuten evtl. noch etwas Brühe aufgießen.

**Schritt 5:** Mais und Erbsen zum Gemüsereis geben und kurz ziehen lassen.

**Schritt 6:** Vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.