



JASMINREIS-BOWL MIT ERDNUSS-DRESSING

Zutaten:

Für 2 Portionen:

125 g Jasmin-Reis (alternativ Basmati-Reis)
300 g grüner Spargel
1 EL Olivenöl
1 Prise Salz
1/2 TL Zucker
1/2 Avocado
250 g Erdbeeren
2 EL Rettichkresse
100 g Edamame

Für das Erdnuss-Dressing:

1 Limette
1 Orange
4 EL Erdnussmus, crunchy
1 EL Sriracha Sauce
1/2 TL Ahornsirup
3 EL Sojasauce

Zubereitung:

Den Reis nach Packungsanleitung kochen. Spargel waschen, das holzige Ende abschneiden. Das untere Drittel schälen (alternativ in mundgerechte Stücke schneiden). In einer Pfanne in Olivenöl

rundherum bissfest anbraten, dabei Salz und Zucker einrieseln lassen, minimal karamellisieren lassen.

Für die Soße, die Limette und Orange auspressen. Alle Zutaten in ein hohes Rührgefäß geben und mit einem Pürierstab zu einem dickflüssigen Dressing pürieren.

Erdbeeren waschen, das Grün entfernen, halbieren. Die Avocado aus der Schale lösen, halbieren und in Scheiben schneiden.

Den Reis in eine Schüssel oder einen tiefen Teller füllen und mit Erdbeeren, Avocado, Erdbeeren, Edamame und Kresse garnieren. Dazu das Erdnuss-Dressing servieren.