

One Pot REIZZ

ZUTATEN *für 3 - 4 Personen*

- 250 g Hackfleisch
- 1 EL Öl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 600 g Gemüse- oder Fleischbrühe
- 250 g REIZZ
- 2 Paprika, rot
- 1 - 2 Zucchini
- Salz, Pfeffer



ZUBEREITUNG

1. Hackfleisch im Öl krümelig anbraten
2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, zugeben und 2-3 Minuten glasig anbraten
3. Gemüsebrühe zugeben und aufkochen
4. REIZZ einrühren und 10 Minuten köcheln lassen
5. Paprika und Zucchini in Würfel schneiden, zugeben und weitere 10 Minuten mit geschlossenem Deckel garen
6. Ggf. noch etwas Brühe nachgießen
7. Vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken
8. Zusammen mit einem frischen Salat servieren
9. Guten Appetit!