

## Gemüsepfanne mit Reis und Würstchen

### Zutaten für 2-3 Personen:

100 g Naturreis, gibt es auch schneller garend im Kochbeutel  
Salz, Pfeffer  
2 Zwiebeln, ca. 150 g  
2 Karotten, ca. 200 g  
1 kleine Dose Mais  
TK-Erbesen, junge, ca. 150 g  
20 g Butter = 2 EL  
(3 Brühwürstchen)

### Zubereitung:

ca. 300 ml Salzwasser zum Kochen bringen, Reis einstreuen und 5 min leise köcheln lassen. Dann 10 min im geschlossenen Topf ziehen lassen. Wenn nötig noch etwas Wasser nachgießen.

Die Zwiebel pellen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Die Karotten schälen, halbieren, in Längsstreifen schneiden und ebenfalls klein würfeln. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Gemüsewürfel (nur das frische Gemüse) darin leicht anbraten. Die TK-Erbesen dazugeben und bei geschlossenem Deckel 5 min dünsten. Erst dann vom Mais das Wasser abgießen und in die Pfanne geben.

Den fertig gegarten Reis zufügen (und eventuell die in kleine Scheiben geschnittenen Würstchen) und mit Pfeffer, Salz und etwas Butter abschmecken.

Dieses Pfannengericht kann auch mit vielen anderen Gemüse (Brokkoli, Paprika...) gemacht werden und schmeckt auch ohne die Würstchen sehr lecker – oder mit zerlassenen Käse.....

