

Gebratener Reis mit Tofu und Teriyaki-Glasur

Gesamtzeit **25 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

10 Portion(en)

Für das Gericht:

- 100 ml** Pflanzenöl, zum Braten
- 600 g** Tofu, in Würfeln
- 300 g** Schalotten, in feinen Streifen
- 300 g** Karotten, in dünnen Stiften
- 600 g** Edamame, blanchiert
- 600 g** Spinat, ganze Blätter
- 1.8 kg** Basmatireis, gekocht
- 500 ml** Kikkoman Teriyaki Glaze

Zum Garnieren:

- 20 g** Chili, nach Geschmack
- 50 g** Erbsensprossen
- 50 g** Röstzwiebeln
- 50 g** Sesam, geröstet

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Öl in einem Wok erhitzen und Tofu 3–4 Minuten goldbraun und knusprig braten.

Schritt 2

Schalotten und Karotten hinzufügen und ca. 3 Minuten unter Rühren braten, bis sie weich und leicht geröstet sind. Edamame und Spinat hinzugeben und braten, bis die Blätter zusammenfallen.

Schritt 3

Reis hinzufügen und 3–4 Minuten braten. Kikkoman Teriyaki Glaze hinzugeben und gut mit dem Reis vermengen.

Schritt 4

Den Reis auf Teller geben und mit Chili, Erbsensprossen, Röstzwiebeln und Sesam garnieren.