Émilie Laraison

Genial kochen mit dem Reiskocher

90 einfache und
überraschende Rezepte
für Reisgerichte,
Suppen, Pasta,
Gemüse, Fleisch,
Fisch und Desserts

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

riva

SUPPENTOPF

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Kochzeit: 40 Min.

2 Speiserüben

3 Möhren

1 Stange Lauch

1 Kräutersträußchen

150 g Räucherspeck

Salz, Pfeffer

5 Stängel Petersilie

1 Das Gemüse schälen, putzen und waschen. Die Rüben in Stücke, die Möhren in Scheiben und den Lauch in Ringe schneiden.

2 Das Gemüse in den Gartopf legen. 750 ml Wasser zugießen, das Kräutersträußchen und den Speck dazugeben, salzen und pfeffern. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten.

3 Suppentopf 40 Minuten garen. Speck und Kräutersträußchen herausnehmen. Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Die Suppe mit Petersilie bestreut in Suppenschüsseln servieren.

Zu der Suppe können Sie in Olivenöl geröstete Croûtons reichen.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

TOMATENSUPPE
mit Parmesan, Basilikum und Pinienkernen

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Kochzeit: 40 Min.

1 kg reife Tomaten

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 kleines Bund Basilikum

2 EL Tomatenmark

2 Gemüsebrühwürfel

2 EL Olivenöl

4 EL geriebener Parmesan

3 EL Pinienkerne

1 Die Tomaten waschen und häuten. Anschließend klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und hacken.

2 Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Tomatenmark und Gemüsebrühwürfel in den Gartopf geben. Das Olivenöl und 1 ½ l Wasser zugießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten.

3 Nach 30 Minuten ¾ des Basilikums dazugeben und Suppe dann weitere 10 Minuten kochen lassen. Mit Parmesan, Pinienkernen und dem restlichen Basilikum bestreut servieren.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

So lassen sich Tomaten ganz leicht häuten: Die Tomaten ein paar Sekunden in siedendes Wasser tauchen (in einem Topf oder dem Reiskocher), anschließend sofort in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen. Nun lässt sich die Haut mit einem Messer gut abziehen.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

RAVIOLISUPPE

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Kochzeit: 30 Minuten

1 Zucchini

2 Möhren

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

1 Bund Schnittlauch

2 Hühnerbrühwürfel

1 EL Olivenöl

300 g frische Ravioli

1 Die Zucchini waschen, putzen und klein würfeln. Die Möhren schälen, putzenund ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen und hacken. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

2 Das vorbereitete Gemüse mit den Brühwürfeln und dem Olivenöl in den Gartopf geben. 1 l Wasser zugießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 30 Minuten kochen lassen.

3 Das Gerät in den Warmhaltemodus schalten, die Ravioli und den Schnittlauch dazugeben und 2 Minuten ziehen lassen.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

Noch leckerer schmeckt die Suppe, wenn Sie sie vor dem Servieren mit etwas geriebenem Parmesan oder einem anderen geriebenen Käse bestreuen.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

GEMÜSESUPPE
mit Buchstabennudeln

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Kochzeit: 20 Min.

4 reife Tomaten

1 Aubergine

2 Zucchini

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Gemüsebrühwürfel

2 EL Olivenöl

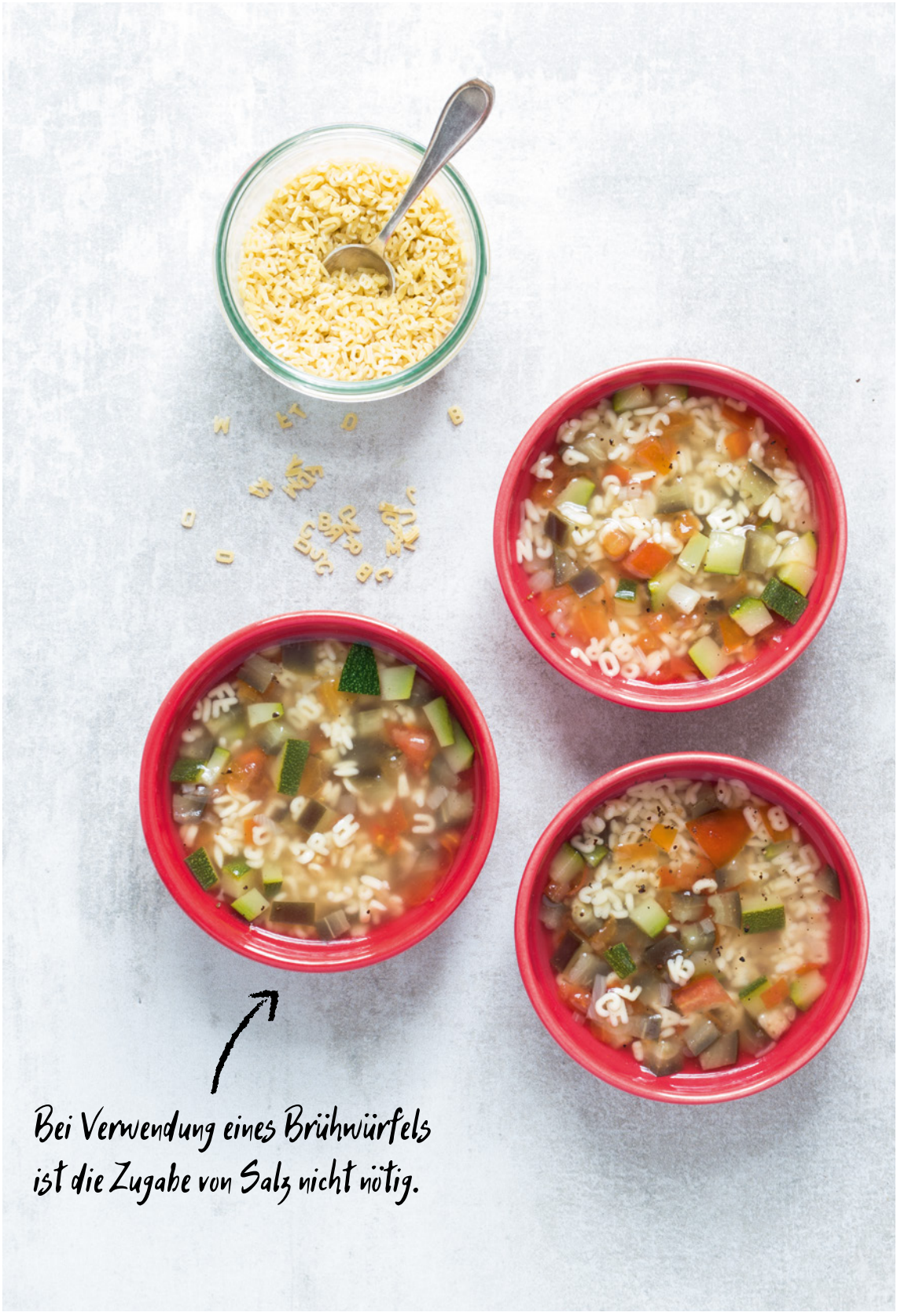
250 g Buchstabennudeln

1 Die Tomaten, die Aubergine und die Zucchini waschen, putzen und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken.

2 Das vorbereitete Gemüse und den Brühwürfel in den Gartopf geben. Das Olivenöl und 1 l Wasser zugießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 20 Minuten kochen lassen.

3 6 Minuten vor Ende der Kochzeit die Nudeln dazugeben. Die Suppe zum Servieren in Suppenschüssel verteilen.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de



Bei Verwendung eines Brühwürfels ist die Zugabe von Salz nicht nötig.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

WINTERSUPPE

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Kochzeit: 30 Min.

4 Möhren

6 Kartoffeln

1 Knollensellerie

1 Zwiebel

2 geräucherte Schweinsbratwürste

1 Gemüsebrühwürfel

einige Stängel Petersilie

1 Die Möhren und die Kartoffeln schälen, putzen, waschen und klein würfeln. Sellerie putzen, waschen und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken. Die Würste in dicke Scheiben schneiden.

2 Das vorbereitete Gemüse, die Wurstscheiben und den Brühwürfel in den Gartopf geben. 1 ½ l Wasser zugießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 30 Minuten kochen lassen.

3 Die Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Die Suppe mit Petersilie bestreut in Suppenschüsseln servieren.

Cremiger wird die Suppe, wenn Sie 5 Minuten vor Ende der Kochzeit 2–3 EL Crème fraîche einrühren.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

ROTE-LINSEN-SUPPE

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 5 Min.

Kochzeit: 40 Min.

250 g rote Linsen

1 EL Tomatenmark

1 TL Currypulver

1 EL zerstoßene Koriandersamen

Salz, Pfeffer

200 ml Kokosmilch

10 Stängel Koriander

1 Die Linsen in einem Sieb waschen, abtropfen lassen und in den Gartopf geben. Tomatenmark, Currypulver und Koriandersamenzufügen. Salzen und pfeffern. 700 ml Wasser angießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 35 Minuten kochen lassen.

2 Am Ende der Kochzeit die Kokosmilch zugießen und die Suppe noch 5 Minuten erwärmen lassen.

3 Koriander waschen, trocken schütteln und hacken. Die Suppe mit Koriander bestreut in Suppenschüsseln servieren.

Linsen enthalten viel pflanzliches Eiweiß. Durch die Zugabe von gehackten Cashewkernen sind diese Proteine besser verdaulich, wichtig insbesondere bei einer rein vegetarischen Ernährung.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

SÜSSKARTOFFEL-SUPPE
mit Kurkuma

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Kochzeit: 20 Min.

2 große Süßkartoffeln

1 Stange Lauch, nur der weiße Teil

2 Knoblauchzehen

200 g Quinoa

1 TL gemahlener Kurkuma

2 Hühnerbrühwürfel

10 g Butter (1 walnussgroßes Stück)

10 Stängel Petersilie

Salz, Pfeffer

1 Die Süßkartoffeln schälen, waschen und klein würfeln. Den weißen Teil des Lauchs putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und hacken.

2 Das vorbereitete Gemüse in den Gartopf legen. Quinoa in einem Sieb waschen, abtropfen lassen und mit Kurkuma, Brühwürfeln und Butter dazugeben. 1 l Wasser angießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 20 Minuten kochen lassen.

3 Die Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreut in Suppenschüsseln servieren.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

MINESTRONE

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Kochzeit: 40 Min.

2 Kartoffeln

2 Möhren

2 Tomaten

1 Knoblauchzehe

1 Zwiebel

100 g grüne Bohnen

100 g weiße Bohnen (aus der Dose)

1 Kräutersträußchen

1 Hühnerbrühwürfel

Salz, Pfeffer

2 EL Olivenöl

150 g kleine Nudeln

einige Stängel Basilikum

100 g geriebener Parmesan

1 Kartoffeln und Möhren schälen, waschen und klein würfeln. Tomaten waschen und in Stücke schneiden. Knoblauch und Zwiebel schälen und hacken. Grüne Bohnen putzen, waschen und in Stücke schneiden. Die weißen Bohnen in ein Sieb gießen, abspülen und abtropfen lassen.

2 Kartoffeln, Möhren, Tomaten, Knoblauch, Zwiebel, Kräutersträußchen und den Brühwürfel in den Gartopf geben. Salzen und pfeffern. Das Olivenöl und 1 l Wasser angießen. Den Deckel auflegen und den Reiskocher einschalten. Suppe 40 Minuten kochen lassen.

3 10 Minuten vor Ende der Kochzeit die Nudeln, die weißen und die grünen Bohnen dazugeben.

4 Basilikum waschen, trocken schütteln und hacken. Suppe mit Basilikum und Parmesan bestreut servieren.

Bereiten Sie die Minestrone ruhig mit den Gemüsesorten zu, die gerade Saison haben (Erbsen, Zucchini, Kohl, Stangensellerie). Vor dem Servieren 1 TL grünes Pesto in jeden Suppenteller geben.

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5) 2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de

© des Titels »Genial kochen mit dem Reiskocher« (978-3-7453-0951-5)
2020 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.rivaverlag.de