

Ingrediencie

100 g sójového mäsa kocky, cibuľu, 2 lyžice oleja, 2 lyžice sójovej omáčky, 400 g jasmínovej ryže, 250 g mrazeného hrášku

Postup

Sójové kocky uvaríme v 1 l zeleninového vývaru cca 20 minút a necháme ho v ňom vychladnúť.

Do pekáča nakrájame na kúsky cibuľu, vložíme uvarené sójové kocky, pridáme olej, sójovú omáčku. Premiešame a pečieme vo vyhriatej rúre na 200 stupňov bez pokrievky 40 minút.

Medzitým si pripravíme klasickým spôsobom ryžu a vmiešame k uvarenému mäsu spolu s hráškom.

Vrátíme do rúry a pečieme ešte 15 minút. Podávame so šalátom.

zdroj: Kuchárka ze Svatojánu

Zapečená ryža s hráškom a sójovým mäsom

Sobota, 17 Október 2020 15:29

