

Ben's Original™

Express ris fra Middelhavet med ruccola og tomater
OPPSKRIFT

Express ris fra Middelhavet med ruccola og tomater



TID 20 mins
INGREDIENSER 9 gjenstander
PORSJONER 2 x

Express Rice Mediterranean med ruccola og tomater – når det skal gå fort, men likevel smake godt!

INGREDIENSER

- 10 cherry tomatoes
- 1 bunch of arugula
- 1 paprika
- 2 cloves garlic
- 60g peeled whole almonds
- 3 tablespoons olive oil
- Salt and pepper for seasoning
- 1 pack Ben's Original™ Express Mediterranean Style Rice

INSTRUKSJONER

1. Vask tomater, ruccola og paprika. Fjern tomatene fra stilken og del dem i to.
2. Skjær paprikaen i to, fjern kjernen og skjær i strimler.
3. Skrell og skjær hvitløk i skiver.
4. Stek mandlene i en panne med 1 ss olivenolje og smak til med salt.
5. Varm den gjenværende olivenoljen i en annen panne og stek paprika og hvitløk på middels varme i ca 3 minutter. Tilsett tomater og mandler og stek i 2 minutter til.
6. Krydre alt med salt og pepper.
7. I mellomtiden må du varme opp risen i henhold til instruksjonene på pakken og servere.
8. Legg middelhavsgrønnsakene på toppen og dryss over mandlene.
9. Pimientos de Padrón kan også brukes her i stedet for paprika.

KATEGORIER:

[Vegansk](#) , [15 - 30min](#) , [Express ris](#)

FLERE OPPSKRIFTER SOM DENNE



[Fylte paprika](#)

Tid

30 mins

Ingredienser

11 gjenstander



Grillet Torsk

Tid

35 mins

Ingredienser

8 gjenstander



Vegansk soppblanding med ris

Tid

20 mins

Ingredienser

11 gjenstander

Source URL:

<https://no.bensoriginal.com/oppskrift/express-ris-fra-middelhavet-med-ruccola-og-tomater>