



Viljan kasvispannu

Aineet: 2 dl ruisriisiä tai tavallista riisiä
vettä ja suolaa keittämiseen
1 iso punasipuli kapeina lohkoina
2 porkkanaa ohuina suikaleina
1 punainen paprika kuutioina
1 rkl ruokaöljyä
suolaa ja pippuria
2 dl tomaattimehua
1-2 dl vihreitä pakasteherneitä
persiljaa ja vihanneskrassia

Valmistus: 1. Keitä riisi pakkauksen ohjeen mukaan. Huuhdo pikaisesti kylmän veden alla irtonaiseksi ja valuta kuivaksi.

2. Kuumenna öljy tilavassa pannussa tai wokissa, lisää sipuli ja curry. Kääntele, että curryn maku avautuu öljyssä, lisää muut kasvikset ja riisi. Mausta varovasti suolalla ja pippurilla.

3. Lisää tomaattimehu ja anna ruoan hautua 5 - 10 minuuttia. Viimeistele persiljalla.

www.superkokki.com