



40 perc

Ez az egyik legjobb rizses egytálétel!
Élmény, ahogy készül, élmény, ahogy
megízleled és élmény, ahogy mosolyognak a
vendégek.

Muszáj megcsinálnod!

Jambalaya (creol és cajun rizses egytálétel)



FŐZÉS

1x1

Hozzávalók:

1 egész csirkemell filé
25 dkg hosszúszemű rizs
20 dkg garnéla rák
20 dkg füstölt kolbász
10 dkg kockázott bacon

2 db színes kaliforniai paprika
1 doboz hámozott paradicsom
1 nagy fej vöröshagyma
4 gerezd fokhagyma
2 evőkanál olaj

1 kávéskanál só
1 kávéskanál kakukkfű
1 kávéskanál oregánó
1 kávéskanál őrölt koriander

1 kávéskanál őrölt feketebors
1 kávéskanál piros paprika
1 kávéskanál cayenne bors

Elkészítés:



A csirkemellet felkockázzuk tálba tesszük.
Az oregánót, és a kakukkfűvet
mozsárban porrá őröljük, és a többi
fűszerekkel együtt a hússal elkeverjük.



Egy edényben felhevítjük az olajat,
és a csirkehúst lepirítjuk, majd
kiszedjük a zsiradékból, félre tesszük.



A megmaradt zsiradékban
megpirítjuk a felkockázott hagymát,
fokhagymát, bacont, kolbászt.



Visszatesszük a csirkehúst, rátesszük a
nagy kockára vágott paprikát, rizst, és
felöntjük az alap lével.



20 percig fedő alatt pároljuk, közben
hozzátesszük a hámozott, és felaprított
paradicsomot, és készre főzzük. Ha
szükséges még fűszerezzük.



Közben leforrázzuk, és lepirítjuk a rákokat.