



## Paella vegetariano mit gebratenem Chicoree

### 2 Portionen

1/2 Zwiebel  
1 Knoblauchzehen  
2 - 3 EL Olivenöl  
1 Möhren  
1 Paprika  
1 Zucchini  
1/2 Glas Mais  
100 g Tomatenmark  
nach Gusto Passata  
150 g Reis  
reichlich Gemüsebrühe  
Curry  
Samba Oelek  
oder Chilli  
Salz, Pfeffer

2 Chicoree

### 4 Portionen

1  
2  
3 - 4 EL  
2  
2  
2  
1 Glas  
200 g  
nach Gusto  
300 g  
noch mehr

4 Stück

### Zubereitung

In einer großen Pfanne Zwiebel und Knoblauch würfeln und bei sanfter Hitze anbraten, Möhren und Paprika ebenfalls würfeln und dazugeben. Dann das Tomatenmark dazu geben und mitrösten, zum Schluss den Reis zugeben andünsten und mit etwas Brühe ablöschen und bei gleichmäßiger Hitze rühren, etwas Brühe zugeben, rühren, etwas Brühe zugeben, rühren, etwas Brühe zugeben, rühren, etwas Brühe zugeben, bis der Gemüsereis gar ist. Klein geschnittene Zucchini und Mais gegen Ende der Garzeit zugeben.

Wer es tomatiger mag, nimmt weniger Brühe und dafür Tomatenpassata.

Pikant würzen.

Die Chicoree vierteln und in Olivenöl sanft anbraten, zum Schluss etwas Wasser zugeben und köcheln, bis die Flüssigkeit verdunstet ist.

Zum Servieren Gemüsereis in eine feuchte Schüssel drücken, dann auf einen Teller stürzen. Chicoree obenauf legen und genießen.

Das sollten Sie zuhause haben:  
Olivenöl, Curry, Salz, Pfeffer,  
Gemüsebrühe, Samba Oelek oder  
Chilli

#### Tipp:

Den Chicoree können Sie auch noch mit etwas Zucker karamelisieren lassen (1 TL Zucker am Ende der Bratzeit über den Chicoree geben und etwas mitrösten lassen).