

## Rezept für 4 Personen

Zeit ca.:

*Leckere Omurice Variation mit Herbstgemüse*

*Kochtipps & Tricks sind mit einem \*gekennzeichnet*

### Zutaten Omelette :

8 Eier  
5 EL Milch  
1 Prise Salz  
½ TL Curry

### Zutaten Füllung:

100g Reis  
3 Gelbe Rüben  
1 Zwiebel  
1/6 Spitzkraut  
180g Sprossen  
1 TL Sambal Olek  
2 EL Ketchup

### Zubereitung:

- 1.) Zuerst den Reis kochen. Gelbe Rüben fein reiben, Zwiebeln würfeln, Spitzkraut sehr fein schneiden. Alles zusammen in einer Pfanne ganz kurz bei mittlerer Hitze anbraten.
- 2.) Für das Omelette, alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen leicht schaumig schlagen und alles stehen lassen.
- 3.) Den gekochten Reis jetzt mit dem Gemüse nochmal kurz anbraten, mit Sambal Olek und Ketchup würzen.
- 4.) Zweite Pfanne aufstellen und auf mittlere Hitze stellen. Zwei Schöpfkellen voll Omelettemasse in die Pfanne geben, kurz anbraten lassen. In die Mitte 3 EL Füllung geben und das Omelette vorsichtig von beiden Seiten einklappen.
- 5.) Das Omelette vorsichtig auf ein Teller drapieren, Sprossen darüber verteilen und warm genießen.

### Dazu empfehlen wir:

- Grünen Tee mit leckerem Akazien Honig

### Kochtipps & Tricks:

- Omurice ist berühmt in Japan, es lässt sich mit allem möglichen variieren. In Japan wird das Omurice oft als Frühstück gegessen und Kinder lieben es.

