

# VEGETARISCHE GROENTEBALLETJES MET RIJST EN GROENTEN

## INGREDIËNTEN

2 pakjes Garden Gourmet groenteballetjes

1 ui (fijngehakt)

200 g bruine rijst

100 g uitgelekte zwarte bonen (gekookt)

150 gram blokjes gesneden tomaten

1 rode paprika

½ rode paprika (in plakjes gesneden)

1 eetl gemalen komijn

1 eetl gemalen koriander

4 takjes verse koriander

2 eetlepels plantaardige olie

 4 PORTIES

 GEMAKKELIJK

Probeer dit heerlijke vegetarische recept eens met onze Garden Gourmet groenteballetjes, rijst, paprika, bonen en maïs.

## BEREIDING

### 1. Kook rijst

Verhit de olie in een pan en bak de helft van de ui met de rijst tot hij glazig is. Voeg de bouillon toe en kook ongeveer 15 minuten.

### 2. Kook bonen

Voeg de bonen de laatste 5 minuten van het koken toe aan de rijst.

### 3. Cook Garden Gourmet Vegetarische Groenteballetjes

Bereid de Garden Gourmet Vegetarische Groenteballetjes volgens de aanwijzingen op de verpakking.

### 4. Kook de ui en paprika

Haal de rijst uit de pan. Bak de andere helft van de ui, de paprika en de chilipeper 2 minuten in de pan. Voeg de kruiden toe en kook een halve minuut.

### 5. Voeg de in blokjes gesneden tomaten toe

Doe de in blokjes gesneden tomaten in de pan en laat 15 minuten koken.

### 6. Voeg de vegetarische groenteballetjes en maïs toe

Voeg de groenteballetjes en maïs de laatste 5 minuten toe aan de pan.

### 7. De maaltijd kan geserveerd worden!

Serveer de rijst met de groenteballetjes en chilisaus. Garneer met koriander.

**ONTDEK MEER RECEPTEN OP  
GARDENGOURMET.BE/NL**