Bunte mexikanische Bowl mit Nachos
REZEPT

# Bunte mexikanische Bowl mit Nachos



| | |
|---|---|
| **ZUBEREITUNGS ZEIT** | 20 Min |
| **ZUTATEN** | 11 Stück |
| **PORTION(EN)** | 2 x |

Schmeckt genauso gut, wie er aussieht: Probiere jetzt diesen mexikanischen Salat mit knusprigen Nachos aus!

## ZUTATEN

- 1 Packung Ben's Original™ Express-Reis Mexikanisch
- 1 Avocado
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1/2 Chili
- 1 Römersalat
- 50 g Nachos
- 4 EL Röstzwiebeln
- 2 EL Essig
- 2 EL Olivenöl

- Salz zum Abschmecken

## ZUBEREITUNG

1. Ben's Original™ Express-Reis Mexikanisch nach Packungsanweisung zubereiten und abkühlen lassen.
2. Avocado halbieren und vom Kern und der Schale befreien. Anschließend in Würfel schneiden.
3. Tomaten waschen, vom Strunk befreien und würfeln. Anschließend die Zwiebeln schälen und ebenfalls in Würfel schneiden.
4. Chili in feine Ringe schneiden und den Salat nach dem Waschen und Trockenschütteln kleinschneiden.
5. Reis zusammen mit Tomaten, Avocado, Zwiebeln, Chili, Nachos, Röstzwiebeln und Salat in eine Schüssel geben. Alles mit 2 EL Essig und 2 EL Olivenöl beträufeln, vorsichtig vermengen und mit Salz abschmecken. Den fertigen Salat anschließend frisch servieren und genießen.
6. Wer mag, kann Joghurt mit einem Spritzer Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren und dazu servieren.

## NÄHRWERTE PRO PORTION

- Energie: 726 kcal
- Energie: 3045 kj
- Protein: 10 g
- Fett: 41 g

## KATEGORIEN:

Tomate, Reissalat, 15 - 30 MIN, Reisbowl, Vegetarisch, Laktosefrei, Kochen mit Kindern, Festlich, Grillen, Mexikanisch

## WEITERE REZEPTE



### Superfood-Bowl

Zubereitungszeit

20 Min

Zutaten

11 Stück



## Raffinierte Bibimbap Bowl vegetarisch

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

12 Stück



## TexMex-Pfanne mit Reis

Zubereitungszeit

33 Min

Zutaten

11 Stück

---

**Source URL:** *https://de.bensoriginal.com/reisrezepte/bunte-mexikanische-bowl-mit-nachos*