

# Fisch-Reis-Pfanne mit Pilzen

Ein Fischgericht aus der Pfanne mit frischem Gemüse und Kräutern.

etwa 4 Portionen  gelingt leicht  bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

150 g Langkornreis  
Salz  
500 g Fischfilet , z. B. Wels, Heilbutt oder Barsch oder tiefgekühltes Fischfilet  
150 g gelbe Paprikaschoten  
250 g Pilze , z. B. Steinpilze, Champignons  
1 Zwiebel  
50 g Butter  
frisch gemahlener Pfeffer  
150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic  
½ Bund Schnittlauch

## 1 Vorbereiten:

Reis nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen. Tiefgekühltes Fischfilet auftauen lassen. Frischen Fisch unter fließendem kalten Wasser abspülen, trocken tupfen und in etwa 3 cm große Würfel schneiden. Paprika putzen und in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. Pilze putzen und in kleinere Stücke oder Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden.

## 2 Zubereiten:

Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Pilze mit den Zwiebelwürfeln darin kurz dünsten, dann aus der Pfanne nehmen. Fischwürfel und Paprikawürfel darin etwa 5 Min. braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Pilze, Crème fraîche und den abgetropften Reis vorsichtig untermischen, erhitzen und mit Salz abschmecken.

## 3 Schnittlauch abspülen, trocken tupfen und in Röllchen schneiden. Die Hälfte unter die Fisch-Reis-Pfanne geben, auf einer vorgewärmten Platte anrichten und restlichen Schnittlauch darüberstreuen.