

Anleitung für frische und einfache Zubereitung

„Südafrikanischer Bobotie-Auflauf mit Reis, Banane und Mango-Chutney“

1. Schritt: Der Bobotie-Auflauf ist vorgegart und ist vakuumiert. Bitte einen Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Vakuum-Folie bitte von dem Auflauf entfernen und mit dem Alubehältnis in den Ofen geben.
2. Schritt: Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Danach Wassertopf auf kleine Stufe stellen, so dass das Wasser nicht mehr kocht. Folgende Speisen im verschlossenen Vakuumbbeutel (**Reis**) in den Topf geben und mindestens 10-15 Minuten im Wasser ziehen lassen.
3. Nach ca. 20 Minuten ist der Bobotie-Auflauf durchgebacken und dieser kann je nach Bräunungswunsch aus dem Ofen genommen und serviert werden.
4. Schritt: Nach den 15 Minuten Beutel mit Reis aus dem Wasser nehmen, aufschneiden und auf dem Teller zusammen mit dem fertigen Bobotie-Auflauf wie gewünscht anrichten.
5. Schritt: Zum Verfeinern schneidet man die Banane noch in Scheiben dazu und man ist das Ganze mit dem beigegefügten Mango-Chutney. Genießt das etwas andere herzhaftes und fruchtige Gericht. Ein Klassiker aus der Südafrikanischen Küche.

Habt Spaß dabei und genießt.

Wichtig! Nach Erhalt bitte kühl bei 6-10° Grad lagern. Ab Versandtag innerhalb von 3-4 Tagen verbrauchen.

Wir wünschen guten Appetit