RAZ



Reishunger Allgemeine Zeitung | Ausgabe #18 | SOMMER

MOIN

ACHTUNG! REIS KANN MEHR ALS BEUTELN

An alle, die denken, Reis ist langweilig, pappig und schmeckt nach nichts: Wir von Reishunger haben uns auf die Fahne geschrieben, diesen Unfug zu bekämpfen! Den Einheitsbrei, ohne Biss, fad, verkocht und unaufregend. Wir zeigen dir, dass Reis mehr kann als du bislang angenommen hast!

Wie stellen wir das an? Na, mit dem besten Korn. Gemeint ist das Korn, das mit tausenden Sorten das vielfältigste Grundnahrungsmittel der Erde ist. Mit Reis aus den besten Anbaugebieten der Welt, einer riesigen Produktvielfalt, leckeren Rezepten und jeder Menge Know-How zeigen wir in unserem Onlineshop, dass Reis nicht gleich Reis ist und sich ein mutiger Blick über den Tellerrand immer lohnt.



FLURFUNK

Wir packen unsere Koffer und nehmen mit ...
... eine vollgepackte Bento Box, logisch. Reis Chips für knusprigen Proviant, na klar. Vorgedämpften Tomatenreis, für ein schnelles Abendessen. Sobald sich die Sonne raus traut, ist auch bei uns der Reisehunger groß. Deswegen haben wir auch immer alles Wichtige parat, was das Hüngerchen auf unser Liebstes aller Körner stillt – egal ob leichter Snack oder kleiner Küchenhelfer. Jetzt aber: Anschnallen, Abfahrt!

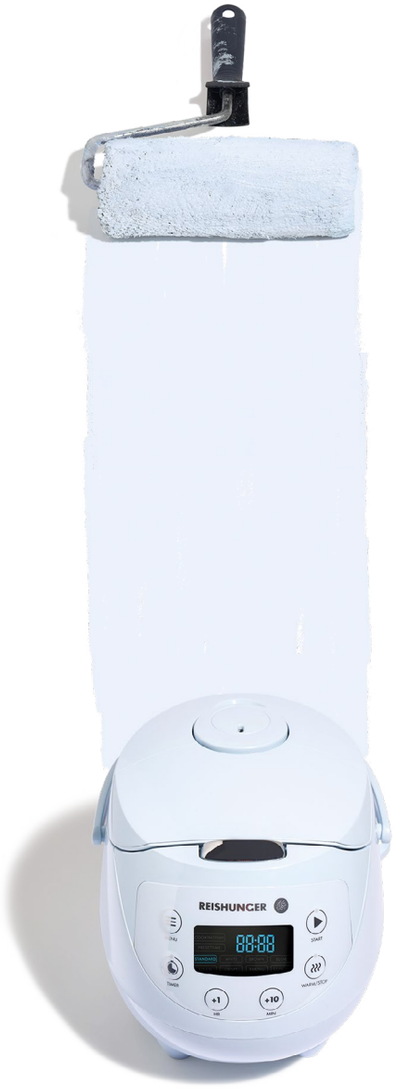
Knock, knock. Wer ist da? Unser Titelstar!
Sommer, Sonne, gute Laune! Wenn's nach Jaggel geht, dann darf es gerne jeden Tag sonnig sein. Passend also, dass man sie perfekt auch selbst als Sonnenschein bezeichnen kann. Unser Cover Artist kümmert sich bei Reishunger um den digitalen Auftritt vom Webshop über Newsletter bis zur RAZ. Ganz nebenbei backt sie gerne köstlichen Apfelkuchen, schwingt sich aufs Rennrad oder illustriert am Laptop – ein wahres Multitalent, unsere Jaggel.

NEU

NEU



JETZT IM SHOP



HEY MINI DIGI, NEUES GEWAND?

Platz da, jetzt kommt unser Digitaler Mini Reiskocher in der Sommer-Edition! Der kleine Küchenhelfer möchte ungerne im Schrank verstaut werden, sondern genießt gerne die große Bühne. Deshalb dekoriert er dank platzsparendem Design besonders gerne jede Küchenzeile – ganz egal, ob Single-Haushalt oder Wohngemeinschaft. Im sommerlichen Anstrich strahlt unser Digitaler Mini Reiskocher nun auch in hellblau und hellgelb und erweitert die bunte Auswahl damit um zwei brandneue Farben.

Aber es kommt natürlich nicht nur auf die äußeren Werte an – praktisch also, dass unser Mini Digi dank intelligenter Kochtechnologie immer perfekt gegarten Reis auf deinen Teller zaubert. Mit bis zu 3 Portionen Reis bekommst du dabei nicht nur dich selbst, sondern gleichzeitig auch noch deine Liebsten satt. Ob Basmati- oder Sushi Reis, One Pot Gerichte oder Kuchen: mit 8 speziell programmierten Modi ermöglicht der Reiskocher dir, die leckersten Köstlichkeiten im Handumdrehen zuzubereiten.

Du bist bereit für einen bunten Farbtupfer, der dir immer perfekt gegarten Reis auf Knopfdruck zubereitet? Dann mal los! Unsere neue Farben bringen frischen Glanz auf deine Küchenzeile.

BASMATI BOWL MIT BURRATA UND PFIRSICH

Basmati BBQ!
Mit der Kombi aus lockerem Basmati Reis, cremiger Burrata und süßlich-scharfem Pfirsich vom Grill holst du dir den Sommer auf den Teller – oder in die Bento Box. Perfekt für einen Grillabend oder zum Mitnehmen!



20 Min. | Einfach | Vegetarisch

ZUTATEN (2 PORTIONEN)

- 1 Packung Gedämpfter Bio Basmati Reis
- 2-3 Pfirsiche
- 2 EL Natives Olivenöl Extra
- 1 TL Bio Sambal Oelek
- 1 TL Bio 1002 Nächte Reis Gewürz
- 2 TL Bio Reissirup
- ½ Limette
- ½ Gurke
- 1 kleine Frühlingszwiebel
- ½ Bund Minze
- ½ Bund Dill
- 50 g Bio Pinienkerne
- 1 Burrata

ZUBEREITUNG

1. Basmati Reis nach Packungsanweisung zubereiten, auflockern und auskühlen lassen.
2. Pfirsiche halbieren und Kerne entfernen.
3. Olivenöl, Sambal Oelek, Gewürz, Reissirup, Limettensaft und Abrieb zu einem Dressing zusammenmischen. Pfirsichhälften damit bestreichen, Rest beiseitestellen.
4. Pfirsiche von beiden Seiten grillen oder braten, bis die Oberfläche leicht braun ist.
5. Gurke würfeln, Frühlingszwiebel sehr fein schneiden und Kräuter grob hacken.
6. Unter den Reis heben und Pfirsiche darauf anrichten. Mit gerösteten Pinienkernen, Burrata und restlichem Dressing toppen und genießen.

Guten Reishunger!



VEGANE POKÉ BOWL

Aloha Poké!
Traditionell mit rohem Fisch zubereitet punktet die hawaiianische Bowl mit viel frischem Gemüse und weichem, leicht klebrigem Sushi Reis. Statt Lachs oder Thunfisch haben wir uns bei unserer veganen Poké-Variante für gekochte Rote Bete entschieden.



20 Min. | Einfach | Vegan

ZUTATEN (2 PORTIONEN)

- 1 Poké Bowl Box
- 1 TL Erdnussöl
- 150 g Gekochte Rote Bete
- 50 g Frische Edamame
- 1 Gurke
- 1 Karotte
- ½ Frühlingszwiebel
- ½ Avocado
- Nach Belieben Salz

Dressing:

- 1 EL Erdnussöl
- 1 EL Bio Tahin
- 1 EL Bio Reissirup
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Reisessig
- 1 TL Bio Sambal Oelek
- 1 TL Ingwer

ZUBEREITUNG

1 Sushi Reis nach Packungsanleitung kochen und mit Sushi Reis Gewürz verfeinern.

2 Rote Bete vierteln oder in Würfel schneiden und mit Frühlingszwiebelringen, Sojasauce, Reisessig, Erdnussöl, Sesam und Salz in einer Schüssel vermischen und zur Seite stellen.

3 Für das Dressing Ingwer fein hacken und mit den restlichen Zutaten glatt verrühren.

4 Gurke und Avocado in Scheiben, Karotte in dünne Stifte schneiden.

5 Für die Poké Bowl alle Zutaten zusammen in einer tiefen Schüssel anrichten und mit dem Dressing genießen.

Guten Reishunger!

Beliebter Sushi Reis in Bio – Klebrig und weich mit süßlichem Aroma. Perfekt für alle Sushi Variationen!

NEU
NEU

NUDEL? IST NICHT = NUDEL!

Kalte Salate, feurige Wok Gerichte oder dampfende Suppen mit einer Extraportion Umami – Asia Nudeln sind der Inbegriff von vollmundigem Geschmack ... Futter für die Seele eben. Und warum? Die Herstellung von Ramen, Udon, Mie, Soba & Co. ist so individuell, dass die Nudeln ganz unterschiedliche Aromen und Konsistenzen mitbringen. Dabei sind sie so unterschiedlich wie die Länderküche, aus der sie stammen.

Also, wie sollte eine Nudel nun sein? Lecker, na logo. Was sollte sie noch sein? Bissfest, wenn du uns fragst. Und was macht sie perfekt? Eine kurze Zutatenliste ohne unnötigen Kram. Wir haben uns auf die Suche nach den authentischsten asiatischen Nudeln gemacht. Und sind fündig geworden! In unseren Nudeln findest du nur die besten Zutaten in Bio-Qualität – und mit unserem praktischen Probier Set kannst du dich direkt durch alle Sorten durchprobieren und ganz einfach deine neue Lieblingsnudel finden.



ZUR SUPPE ... UND KALTEM DIP!

Ramen Nudeln? Klassiker der japanischen Küche! Vielleicht kennst du die elastischen Weizennudeln auch von der gleichnamigen Suppe – diese besteht aus einer würzigen Grundlage, der Tare, die mit einer vollmundigen Brühe aufgegossen und verschiedenen frischen Zutaten getoppt wird. Unsere Ramen Nudeln sind mit ihrem perfekt elastischen Teig, ihrer schön gelben Farbe und dem typisch vollmundigen Aroma der perfekte Treffer.

Udon Nudeln? Sind extra teigig, elastisch und weich und nehmen damit die verschiedensten Aromen besonders gut auf. Die dicksten asiatischen Nudeln eben! In Japan sind sie vor allem in heißen oder kalten Suppen beliebt – oder werden im Sommer zu einem kühlen Dip serviert. Auch zu kräftigen Saucen ist die Nudelsorte der ideale Gegenspieler.

Wusstest du? Heiße Nudelsuppen werden in Japan gerne genüsslich geschlürft. So entfaltet sich das komplette Aroma deiner Lieblingsgerichte. Außerdem verbrennst du dir so nicht die Zunge.

FÜR WOK NUDELN ... UND IM SALAT!

Mie Nudeln? Im Knäuel! Die Nudeln mit Ursprung in der chinesischen Küche sind so lang, dass sie ohne ihre krause Form in kein Regal passen würden. Die wellige Weizennudel macht sich im Wok geschwenkt besonders gut – und transportiert dabei die Aromen vom Teller direkt in deinen Mund. Auch in einer würzigen Brühe sind sie ein beliebter Begleiter. Dabei werden unsere Mie Nudeln nicht wie üblich frittiert, bevor sie verpackt werden. Sie genießen lieber ein Dampfbad, in dem sie schonend vorgekocht werden.

Soba Nudeln? Erkennst du an ihrer ungewöhnlichen bräunlichen Färbung. Der geröstete Buchweizenanteil in der traditionsreichen Nudelsorte verleiht ihr einen besonderen herb-nussigen Geschmack und eine angenehme Bissfestigkeit. Für uns die perfekte Nudel für frische Salate und Bowls oder getunkt im kalten Dip. Und sonst? Kannst du sie genauso gut mit knackigem Wok Gemüse kombinieren oder einer heißen Suppe servieren.

Übrigens: Asiatische Nudelsorten dürfen nach dem Kochen gerne mit kaltem Wasser durchgespült werden. Durch das Abschrecken wird der Kochvorgang abgebrochen und die überflüssige Stärke abgespült – für bissfesten Genuss ohne Zusammenkleben.



SOBA? KALT SERVIERT!

Bereit für den Sommer? Mit diesem frischen Salat zeigen wir dir, warum wir die herb-nussige Nudel so gerne kalt servieren – in der Kombination mit knackigem Gemüse und nussigem Tahin-Dressing einfach perfekt für ein sommerliches bissfest!



Zutaten (2-3 Portionen)

Für den Salat:

- 250 g Bio Soba Nudeln
- ¼ Kopf Rotkohl
- 3 Karotten
- 200 g Edamame
- 1 Handvoll frischer Koriander
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Apfel
- 50 g Sprossen
- Sesam nach Belieben

Für das Dressing:

- 3 EL Shiro Miso Paste
- 2 EL Bio Tahin
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL Bio Reissirup
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Zitronensaft

Zubereitung

1. Soba Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten.

2. Rotkohl, Karotten und Frühlingszwiebeln in feine Streifen hobeln oder schneiden. Edamame waschen. Koriander grob hacken, Apfel entkernen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Sprossen waschen.

3. Für das Dressing Miso Paste, Tahin, Sojasauce, Reissirup, gepressten Knoblauch sowie Zitronensaft zusammenrühren. Bei Bedarf Wasser hinzugeben, sodass die Konsistenz flüssiger wird.

4. Anschließend Soba Nudeln, Gemüse, Sprossen, Koriander und Dressing vermengen. Nach Belieben mit Sesam und zusätzlichem Koriander und Sprossen toppen.

Feier dein bissfest

DER PREIS IST REIS

... ODER ETWAS, DAS MIT REIS ZU TUN HAT

Juhu, es ist endlich Reis(e)zeit: Sommer, Sonne, ... ohje! Auf dem Hinweg war es wohl etwas holprig – auf unserer Titelseite ist nämlich einiges durcheinander geraten. Findest du die sechs Unterschiede? Vergleiche beide Bilder, notiere die Buchstaben der jeweiligen Felder und bilde daraus ein Wort. Ob die Buchstaben richtig stehen, kannst du bei uns im Warenkorb sehen. Viel Erfolg!



CODE:

*Bei deiner nächsten Bestellung einfach zum Warenkorb hinzufügen und Bio Soba Nudel & Shiro Miso Paste sichern! Gültig bis zum 31.10.24 ab 25 €/ CHF Bestellwert, nicht kombinierbar, nur solange der Vorrat reicht und nur auf reishunger.com



Layout, Gestaltung & Titelzeichnung Jacqueline Wolpmann | **Reinzeichnung** Riley Jaeger | **Foto** Anni Jung | **Text & Lektorat** Kristin Jagels | **Redaktionsleitung** Jaqueline Modzel
Reishunger GmbH | Am Waller Freihafen 1 | 28217 Bremen | **reishunger.com**

REISHUNGER

Druckprodukt mit finanziellem **Klimabeitrag**
ClimatePartner.com/53210-2401-1002