Spargel mit schwarzem Naturreis, Scampi und einem Basilikumsösschen
Ganz genau mein Dosha!

150 g schwarzer Naturreis in **4 dl Bouillon** in 50 Minuten al dente kochen.
250 g Spargel kürzen, die Köpfchen schräg abschneiden und die Stängel in Rädchen schneiden. In der Bratpfanne **Butter** schmelzen und den Spargel darin fünf Minuten braten. Herausnehmen.
1 Bund Basilikum fein schneiden.
In der Bratpfanne erneut Butter schmelzen und darin **15 Scampi**, mit **Cayenne** bestreut, pro Seite drei Minuten braten.
Den Reis und den Spargel dazu geben. Basilikum und **2 EL Crème fraîche** beifügen, gut umrühren und sich bei jedem Gäbelchen davon wohler fühlen!