



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Palaw – Afghanischer Reis

Ich fand es sehr interessant, dass der Reis erstmal gekocht und dann später nochmal speziell gewürzt wurde. Das Ergebnis ist ein sehr wohl schmeckender Beilagen-Reis. Wer das Grund-Rezept mag kann einfach nur frisch gebratenes Gemüse dazu reichen und hat schon eine schöne Mahlzeit.

Typisch für ein richtiges Mahl wäre jedoch, zwei oder drei verschiedenen Gemüse und Fleisch-Gerichte zum Reis zu reichen. Je wichtiger der Anlass, je wichtiger der Gast, je reicher der Hausherr – umso ausgebreiteter wäre die Auswahl.

Auch bei uns bekannt sind die Fleisch-Spiesse – Kebap. Diese kennt man auch aus der persischen Küche. Zu allen Mahlzeiten gehören Reis und Brot.

Hier verrate ich auch den Trick, wie man perfekten, lockeren Reis kocht. -.)

Bitte gut messen – mit zu viel Wasser kriegt man einen klebrigen Reis – das Ziel ist aber ein sehr lockerer, körniger Reis.

Ein alter Trick ist übrigens, Reis oder Hirse unter der Bettdecke gar ziehen zu lassen. Sobald es gekocht hat, unter die Bettdecke oder in eine Decke einwickeln. Der Reis braucht nur Zeit, um aufzuquellen und das Wasser zu absorbieren – er muss nicht „tod“-gekocht werden.

Zutaten ca. 4 Portionen

750 g Basmati Reis

1,5 l Wasser

2 EL Zucker

2 EL Öl

500 ml Gemüsebrühe

1. Den Reis etwa zwei Stunden im 1,5 Liter Wasser einweichen – das verkürzt später die Kochzeit.
2. Den Reis in einem Topf bei geschlossenem Deckel zum Kochen bringen und etwa 15 Minuten kochen. Dann die Hitze abdrehen und den Reis bei geschlossenem Deckel ausquellen lassen. Nach etwa 20 bis 30 Minuten sollte das Ganze Wasser aufgesogen sein und der Reis gar und ganz locker.
3. In einer Pfanne den Zucker karamellisieren. Die Gemüsebrühe und das Öl vermischen und das Karamell damit ablöschen.
4. Diese Brühe Mischung unter den Reis mischen und diesen nochmal bei geschlossenem Deckel durchziehen lassen, bis alles vom Reis aufgesogen ist.

