

Biryani Reis

Indien (für 4 Personen)

Zutaten:

- 400g Basmati Reis (2 grosse Tassen)
- 400g geschnetztes (Schwein oder Rind)
- 1 grosse Zwiebel
- 4 Karotten
- 1 Peperoni
- 2 Peperoncini
- 2 Tomaten
- Nach belieben weiteres Gemüse, z.B. 1 Kartoffel und/oder 1 Stange Lauch
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Daumenspitze grosses Stück frischer Ingwer
- Sesamöl
- 4 übervolle Teelöffel Biryani-Paste (im Glas aus dem Supermarkt)
- Paprika-Pulver
- Frischer Koriander
- 1 Prise Kreuzkümmel
- Schnittlauch (geschnitten)
- je eine Hand voll Mandelsplitter und Rosinen

Vorbereitung:

- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und in Schale geben
- Alles Gemüse (Karotten, Peperoni, Peperoncini etc.) grob schneiden und in Schale geben. Peperoni vorher innen ausnehmen.
- Tomaten in Stücke schneiden und in Schale geben
- Ingwer sehr klein hacken
- Koriander grob schneiden
- Den Basmatireis in einem grossen Sieb unter fliessendem Wasser auswaschen; Wasser abtropfen lassen.

Zubereitung:

- In der Bratpfanne das Sesamöl stark erhitzen und das Geschnetzte kurz und stark anbraten
- Einen Teil der Zwiebeln und den Knoblauch begeben und mitdünsten bis sie glasig sind, mit Paprika-Pulver würzen; achten, dass nichts anbrennt
- Das Fleisch in einem Teller wegstellen
- Die Pfanne mit Haushaltspapier grob ausreiben und wieder mit neuem Sesamöl das Gemüse mit einem Teil der Zwiebeln anbraten
- Nach ca. 5 Minuten die Biryani-Paste untermischen und die Tomaten und den Ingwer begeben, weitere ca. 5 Minuten köcheln
- Das Biryani-Gemüse in einem Teller wegstellen

- Die Pfanne mit Haushaltspapier grob ausreiben und wieder mit neuem Sesamöl den gewaschenen und mittlerweile ziemlich trockenen Reis mit dem Rest der Zwiebeln ca. 5 Minuten heiss anbraten
- Nun das Fleisch, das Biryani-Gemüse und den Reis in eine Auflaufform (eckige ofenfeste Kasserole) geben
- Den Koriander, Kreuzkümmel, Schnittlauch, Mandelsplitter und Rosinen untermischen
- 1½ der Reismenge Wasser begeben, alles leicht umrühren
- Für 40 Minuten in den 190°C vorgeheizten Backofen zum garen

Tipp:

- Alternative zu geschnetztem Fleisch: rohe oder gekochte, geschälte Scampi vor dem Schluss des Gemüsebratens unterrühren.

Mögliche Beilagen:

- Indisches Nan-Brot (aus dem gehobenen Supermarkt zum kurz erhitzen im Ofen)
- Tsatsiki-Joghurt: 1 Nature-Joghurt mit 1 handvoll klein geschnittener Salatgurke und 1 ausgepresste Knoblauchzehe; gut vermischen und in einer Schale servieren.
- Mango-Chutney (im Glas aus dem Supermarkt)
- Scharfe Lemon-Pickels oder andere Indische Pickels aus dem Glas (ebenfalls aus dem gehobenen Supermarkt)

