

Indischer Safranreis

Indien (für 4 Personen)

Zutaten:

- 500 g Basmati-Reis (2 Cups)
- 1 übervoller Teelöffel konzentrierte Currypaste (z.B. Patak's)
- eine Prise Kreuzkümmel
- eine Prise Zimt
- ein paar Gewürznelken
- ein paar Kardamomkapseln
- etwas Garam Masala Pulver
- 1 Briefchen Safran
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- frischer Koriander
- frische Minze
- 1 Würfel Gemüsebouillon
- 2 Karotten
- eine Hand voll (50g) Rosinen
- 70 g Cashewnüsse
- eine Hand voll (100 g) Erbsen (tiefgekühlt)
- Sesamöl
- Salz
- Pfeffer

Vorbereitung:

- Den Reis im Sieb mit kaltem Wasser gut auswaschen und abtropfen.
- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden.
- Karotten rüsten und in Scheibchen schneiden.
- Koriander und Minze klein schneiden.

Zubereitung:

- In der Bratpfanne Sesamöl erhitzen und Kreuzkümmel kurz anbraten.
- Dann Zwiebel und Knoblauch zugeben und ca. 3 Minuten sachte andünsten.
- Den Reis zugeben und unter Rühren weitere ca. 3 Minuten mitbraten.
- Currypaste, Zimt, Nelken, Kardamom und Garam Masala unterrühren und 2 Minuten braten.
- 1½ der Reismenge Wasser zugeben und den Bouillonwürfel darin auflösen.
- Safran, Karotten, Rosinen, Cashew-Nüsse, Koriander und Minze zugeben. Kurz aufkochen.
- Dann so lange zugedeckt bei nur geringer Hitze ziehen lassen, bis der Reis ziemlich trocken ist (ca. 10 Min.).
- Ein paar Minuten vor dem Ende die TK-Erbsen unterrühren.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken bei Bedarf. Ist aber eher nicht notwendig.

Tipp:

- Wenn man keine Currypaste zur Hand hat, geht auch eine anständige Menge Currypulver.
- Indischer Safranreis geht als vollwertiges Vegi-Gericht oder als Beilage zum Beispiel wie auf dem Foto zu einem grillierten Lachs.

