

Reis Rezepte

Bunter Würzreis

Anzahl: 4 -6 Portionen

Gattung: Beilage, Hülsenfrüchte, Indien, Reis, Vegetarisch

2	Essl.	Öl	1/4	Teel.	Zimt, gemahlen
1/2	cup	Zwiebel, gehackt	1,25		Tasse/n Basmati
1	cup	Orangene Paprikawürfel	2,50		Tasse/n Kräftige
1	Essl.	Gelbe Senfsaat	420	g	Gemüsebrühe
1	Teel.	Gelbwurz, Kurkuma			Dose Kichererbsen,
1/8	Teel.	Nelken, gemahlen			- Kichererbsen abgetr
					Salz zum Abschmecken

1. Öl in einem schweren Topf mit fest schließendem Deckel erhitzen. Zwiebel und Paprika darin in 5 Minuten weich sautieren. Senfsaat und Gewürze dazugeben, 1 weitere Minute sautieren. Reis dazugeben und unter rühren glasig andünsten.
2. Mit der Brühe ablöschen, Kichererbsen dazugeben. Kurz umrühren. Einmal aufkochen lassen. Zudecken und auf sehr sanftem Feuer 20 Minuten simmern lassen. Der Reis sollten dann gar sein und sämtliche Flüssigkeit absorbiert haben. Ist jedoch noch Flüssigkeit zu sehen, einfach ein Küchentuch um den Deckel schlagen, den Deckel wieder aufsetzen und den Reis noch 5 - 10 Minuten im Topf belassen (ohne Hitzezufuhr). So hält er sich auch bis zu 30 Minuten schön warm.
3. Zum Servieren lockert man den Reis mit einer Gabel auf und schmeckt mit Salz ab.