Kurkuma-Reis

Dieser goldgelbe Kurkuma-Reis überzeugt mit feinen orientalischen Aromen. Er eignet sich ideal als Beilage zu Fisch oder vegetarischen Gerichten und schmeckt auch als Hauptspeise.

Verfasser: kochspezi

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

200 g	Basmatireis
40 g	Kurkumawurzel (oder ca. 0,5 TL Kurkumapulver)
2 EL	Pflanzenöl
2 Stk.	Schalotten
30 g	Pistazien
30 g	Walnüsse
30 g	Cranberries
1 TL	Ras el Hanout
500 ml	Gemüsebrühe
1 Stk.	Karotte
1 Handvoll	junger Spinat

Zubereitung

1. Um einen **Kurkuma-Reis** zuzubereiten den Basmatireis in einem Sieb unter kaltem Wasser gründlich abspülen, bis das Wasser klar bleibt, anschließend gut abtropfen lassen. Die frische Kurkumawurzel mit einem Löffel schälen und sehr fein hacken – dabei am besten Einweghandschuhe tragen, da Kurkuma stark färbt. Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln. Pistazien, Walnüsse und Cranberrys grob hacken.

2. In einem Topf Pflanzenöl erhitzen und Schalotten sowie Kurkuma bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Den Reis hinzufügen und kurz mitschwitzen, damit er die Aromen aufnimmt. Nüsse, Pistazien und Cranberrys unterheben und alles mit Ras el Hanout würzen. Mit der Gemüsebrühe aufgießen. Die Karotte waschen, fein raspeln und zum Reis geben. Alles gut umrühren, die Hitze reduzieren und den Kurkuma-Reis etwa 15 Minuten sanft garen, bis die Flüssigkeit aufgenommen ist.

3. Zum Schluss die jungen Spinatblätter waschen, grob schneiden und unter den heißen Reis heben, bis sie leicht zusammenfallen. Den Kurkuma-Reis mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und heiß servieren.

hier bestellen

Topfset Edelstahl 2-teilig
inkl. Glasdeckel, Induktion



Tipp

Unsere Empfehlung