

Safranreis mit Kürbis

Bei diesem tollen Anblick bekommt man gleich Appetit! Rezept für leckeren Safranreis mit Kürbis.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Foto: superscheeli

Zutaten

360 g	Basmatireis
1 Stk.	Kürbis (Hokkaido)
2 Stk.	Karotten
3 Stk.	Zwiebel
2 EL	Zucker
1 Prise	Salz
1 Prise	Safranfäden
100 ml	Gemüsebrühe
	Öl (für die Pfanne)
1 Handvoll	Pistazien (gehackte)

Zubereitung

1. Für den Safranreis mit Kürbis zuerst den Basmatireis kochen: Salzwasser in einen Topf geben und zum Kochen bringen (Wassermenge = Reismenge x 2). Den Reis einrühren, die Hitze reduzieren und rund 20 Minuten köcheln lassen.
2. In der Zwischenzeit die Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel pellen und in schmale Scheiben schneiden. Den Hokkaido-Kürbis waschen, nicht schälen, halbieren, die Kerne auskratzen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Würfel schneiden.
3. Eine große Pfanne mit Öl erhitzen. Kürbis, Karotten und Zwiebeln darin anrösten. Bei mittlerer Temperatur den Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Safran unterrühren, mit Salz abschmecken. Ablöschen mit Gemüsebrühe.

4. Etwa 10 Minuten lang köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Dann den fertigen Basmatireis unterheben und alles gut mischen. Auf Tellern anrichten und mit gehackten Pistazien garnieren.

Tipp

Zum Safranreis mit Kürbis schmeckt ein Friséesalat oder gemischter Salat.