



MEIN GENUSS



Indische Reispfanne



It's a match!

Würze mit dem Curry Pulver Indisch deine Reispfanne!



Vorbereitung
15 min



Niveau
Mittel



Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Im ersten Schritt den Reis mit kaltem Wasser waschen. Anschließend in lauwarmem Wasser rund 20 Minuten einweichen. Nun Ingwer und Knoblauch schälen und grob hacken. Halbiere die Chilischote und entferne die Kerne. Das Koriandergrün ebenfalls grob hacken und ca. 2 EL beiseitestellen.
- 2 Das Curry Pulver Indisch mit Tomatenmark, Knoblauch, Ingwer, Chili, Koriander, den Nüssen sowie Kokosöl und dem braunen Zucker mit einem Pürierstab zu einer feinen Paste verarbeiten. Bei Bedarf gibst du noch etwas Salz hinzu.
- 3 Für den dritten Schritt Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Das Fleisch grob würfeln. Den Reis fängst du in einem Sieb auf und lässt ihn gut abtropfen.
- 4 In einer tiefen Pfanne oder einem Wok 2 EL Ghee erhitzen und darin die Hälfte der Zwiebel andünsten. Dazu kommen das Lorbeerblatt, die Zimtstange und 2 Kardamomkapseln sowie Kartoffeln und Blumenkohl, für rund 10 Minuten anschwitzen. Nun das Fleisch und bei Bedarf noch einmal von unserer Gewürzmischung hinzugeben. Für etwa 3 Minuten anrösten, dabei immer wieder umrühren.
- 5 Nun kommen die Brühe, Reis, Rosinen und Cranberrys in den Topf. Alles für ca. 45 Sekunden sprudelnd aufkochen. Auf mittlere Hitze reduzieren, zugedeckt für 10 Minuten köcheln lassen. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen, restliche Zwiebel kräftig anbraten. Mit dem Zucker karamellisieren lassen, über den Reis geben und mit Koriander garnieren.

Zutaten

Für 2 Personen benötigst du:

125 g Basmatireis
200 g Hähnchenbrust
1 EL Curry Pulver Indisch
0.5 Blumenkohl
2 Zwiebeln
1.5 cm Ingwer
2 Knoblauchzehen
1 Chilischote, grün
100 g Kartoffeln
2 EL Kokosöl bzw. Pflanzenöl
2 EL Ghee (Butterschmalz)
0.5 Zimtstange
30 g Kokosraspeln
1 TL brauner Zucker, gehäuft
1 EL Tomatenmark
10 Cashewnüsse
0.5 Bund frischer Koriander
1 Lorbeerblatt
2 Kardamomkapseln
30 g Rosinen und Cranberrys
450 ml Hühnerbrühe
75 g griechischer Joghurt

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 27.10.2026.