KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

WÜRZIGES PERSISCHES GARNELEN-PILAF

HAUPTZUTAT
Riesengarnelen

ZUBEREITUNGSZEIT
Unter einer Stunde

PORTIONEN
4

ZUTATEN

- 500 g große schwarze Riesengarnelen, entdarmt und Schalen entfernt
- 1 braune Zwiebel, geschält, in Ringe geschnitten
- 50 g Butter
- 2–4 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 5 ml geräucherter Paprika (Pulver)
- 5 g Kreuzkümmel, gemahlen
- 5 ml Zimt, gemahlen
- 5 ml Koriander, gemahlen
- 3 ml Kurkuma
- 500 g Basmati-Reis
- 1 Liter Hühnerbrühe
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer zum Abschmecken
- 30 ml Olivenöl
- 1 Zitrone
- 200 g Tomaten

Zum Servieren:

- 50 g geröstete Mandeln
- Granatapfelkerne
- Frischer Koriander

ZUBEREITUNG

1) Dieses aromatische Reisgericht mit Garnelen ist die perfekte Option für eine Mahlzeit unter der Woche - schnell in nur einer Stunde zubereitet.
2) Ein wenig Olivenöl in einer antihaftbeschichteten Schmorpfanne von Le Creuset bei mittlerer Hitze erwärmen und die Zwiebel darin glasig und leicht braun anbraten.
3) Butter, Knoblauch und Gewürze hinzufügen und etwa 2 Minuten lang anbraten, bis sie duften.
4) Den Reis hinzugeben, alles gut vermengen und für 3 Minuten mitbraten.

LE CREUSET
www.lecreuset.com

5) Mit Brühe ablöschen und gut umrühren.
6) Die Hitze reduzieren und bei geschlossenem Deckel für 20 Minuten kochen lassen.
7) Den Deckel abnehmen und den Reis mit einem Holzlöffel vorsichtig auflockern.
8) Gut mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen.
9) Zum Braten der Garnelen etwas Olivenöl in einer großer antihaftbeschichteten Aluminiumpfanne (28 cm) von Le Creuset auf mittlerer Stufe erhitzen.
10) Sobald das Öl heiß ist, die Garnelen hineingeben und mit Salz und einem Spritzer Zitronensaft würzen. Sobald die Garnelen rosa sind, sind sie gar.
11) In der gleichen Pfanne mit etwas mehr Olivenöl die Tomaten anbraten, bis die Haut aufplatzt und leicht gebräunt ist.
12) Die gerösteten Mandeln und Granatapfelkerne zum Reis geben und mit den Garnelen, frischem Koriander und den gebratenen Tomaten anrichten.

Copyright Bild/Rezept © 2023 Le Creuset
www.lecreuset.com