

Das Rezept wurde Ihrer Sammlung hinzugefügt.

BURIYANI-POULET MIT GEWÜRZREIS



Für 4–6 Personen

 **Zubereitungszeit:** ca. 60 Min.
 **Aufwand:** aufwändig

Zutaten:

1 l Hühnerbouillon
 1 TL Salz
 220 g Ananas aus der Dose
 350 g Basmatireis
 40 g Weinbeeren
 5 dl Kokosmilch
 50 g Cashewnüsse
 600 g Poulet-Ailerons (halbe Pouletflügeli)
 tiefgekühlt, aufgetaut
 Erdnussöl zum Braten und Dünsten

Gewürzmischung

1 rote Chilischote
 1 Zimtstange ca. 10 cm
 2 Knoblauchzehen
 2 Schalotten
 2 TL Kurkumapulver
 2 TL mildes Currypulver
 20 Curryblätter*
 20 g frischer Ingwer
 je 6 Kardamomkapseln* und Nelken

Es kann sein, dass in diesem Rezept die Reihenfolge der Zutaten nicht mit den Anweisungen in den Rezept-Steps übereinstimmen. Dafür entschuldigen wir uns und dürfen Ihnen aber mitteilen, dass dies innert Kürze behoben sein wird.

1 Für die Gewürzmischung Chilischote längs halbieren und entkernen. Chili, Schalotten, Knoblauch und Curryblätter hacken. Ingwer fein reiben. Zimtstange in Stücke brechen. Kardamomkapseln leicht quetschen. Alles mit den restlichen Zutaten mischen.

2 Ailerons kalt abspülen. Mit Haushaltspapier trockentupfen. In wenig Öl in einer verschliessbaren Pfanne rundum goldbraun anbraten. Salzen. Die Hälfte der Gewürzmischung begeben, kurz mitbraten. Mit Kokosmilch ablöschen. Zugedeckt bei kleiner Hitze 15 Minuten garen. Deckel entfernen. Alles einkochen, bis die Sauce bindet. Warm stellen.

3 Cashewnüsse ohne Fett goldbraun rösten. Beiseite stellen. Ananas abtropfen lassen, Saft auffangen. Ananas in 1 cm breite Stücke schneiden. Ananas und Weinbeeren mit der restlichen Gewürzmischung in wenig Öl andünsten. Reis zugeben, kurz mitdünsten. Mit Ananassaft und Bouillon ablöschen. Bei schwacher Hitze halb zugedeckt 10–12 Minuten garen. Mit Ailerons samt Sauce anrichten. Mit Cashewnüssen bestreuen.

TIPP In Sri Lanka werden dazu Spiegeleier serviert.

*** in Asia- oder Delikatessgeschäften erhältlich**

Veröffentlicht in Ausgabe 02/2006 auf Seite 18

Nährwerte Pro Person bei 6 Personen ca.

Kalorien: 2700 kJ / 650 Kcal
Fett: 30 g

Eiweiss: 27 g
Kohlenhydrate: 69 g

Ihre Optionen zu diesem Rezept