

B A S M A T I

Basmati-Reis mit seinem typischen Geschmack findet hauptsächlich in der indischen und orientalischen Spezialitätenküche Anwendung.

Menüvorschlag für eine Portion: 50–60 g Reis ($\frac{1}{2}$ Tasse) waschen und zusammen mit 2 dl Wasser (1 Tasse), 1 gestrichenen Teelöffel Curry sowie wenig Salz 10–12 Minuten kochen. Bei Bedarf noch etwas Wasser dazugeben. Servieren mit einem gebratenen Fleischspießli.

Weitere Möglichkeit:

Nasi goreng

Zutaten für 4 Portionen: 200 g Basmati-Reis, 4–5 dl Wasser, 1 Kaffeelöffel Pflanzenöl, 400 g geschnetzeltes Pouletfleisch, 2 Zwiebeln fein geschnitten, 2 Knoblauchzehen fein geschnitten, $\frac{1}{2}$ Peperoni, 1 Prise Salz, 1–2 Kaffeelöffel Curry, $\frac{1}{2}$ Kaffeelöffel Sambal oelek, 1–2 Esslöffel Sojasauce, 100 g Schinken, 1 Bund Schnittlauch.

Den Reis während 10–12 Minuten kochen. Pouletfleisch mit Zwiebeln und Knoblauch im Öl kurz braten. Peperonistreifen dazugeben und auf kleiner Stufe dämpfen. Würzen mit Salz, Curry, Sambal oelek und Sojasauce.

Den Reis mit dem Pouletfleisch und dem in Streifen geschnittenen Schinken mischen und alles zusammen kurz braten. Anrichten mit gehacktem Schnittlauch und nach Belieben garnieren mit gerösteten Pinienkernen und Kokosflocken, einem Spiegelei und einer gebratenen Banane.

Servieren mit einem gemischten Salat.