



Gedämpfter Reis mit Kräutern

Zutaten für 4 Personen

- » 250 g Basmatireis
- » 2 TL Salz
- » 40 g Frühlingszwiebeln, fein gehackt
- » 100 g Dill, fein gehackt
- » 120 g Petersilie (Blätter und zarte Stängel), fein gehackt
- » 100 g Koriandergrün (Blätter und Stängel), fein gehackt
- » 3 EL Rapsöl oder anderes Pflanzenöl
- » 1 kleine Kartoffel, geschält und in sehr dünne Scheiben gehobelt
- » 200 g griechischer Naturjoghurt
- » 100 g Sauerrahm
- » 2 EL Olivenöl

Zubereitung

Vorbereitung

1. Wasche den Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser gründlich ab.

2. Fülle den Reis in eine Schüssel und gieße Wasser hinzu, sodass es 5 cm über dem Reis steht.

3. Rühre das Salz unter und lasse den Reis 1–2 Stunden quellen.

Zubereitung

1. Gib den Reis mit dem Einweichwasser in einen großen Topf mit schwerem Boden.

2. Ergänze etwa 700 ml frisches Wasser und bringe es zum Kochen.

3. Reduziere die Hitze, sodass der Reis leise simmern kann, und koche ihn etwa 1 Minute.

4. Vom Herd nehmen, die Kräuter hinzufügen und untermischen.

5. Spüle den Topf aus und trockne ihn ab. Erhitze 2 Esslöffel Öl darin.

6. Ordne die Kartoffelscheiben leicht überlappend auf dem Topfboden an und brate sie ohne Umrühren ca. 2 Minuten, bis sie etwas Farbe annehmen.

7. Vom Herd nehmen und die Kartoffeln herausnehmen.

8. Beträufle die Kartoffeln mit 2 Esslöffeln Wasser, dann häufe den Reis darauf.

9. Bohr mit einem Kochlöffel fünf tiefe Löcher bis hinunter zu den Kartoffeln in den Reis.

10. Besprühe den Reis mit 1 Esslöffel Rapsöl und 1 Esslöffel Wasser und verschließe den Topf mit einem Deckel.

11. Erhitze den Topf 1-2 Minuten stark, dann stelle die Hitze niedrig und gare den Reis 20 Minuten.

12. Schalte den Herd aus und lasse den Reis weitere 20 Minuten zugedeckt mit der Restwärme dämpfen.

13. Verrühre den Joghurt mit dem Sauerrahm und ziehe das Olivenöl leicht unter, jedoch nicht vollständig untermischen.

14. Richte den Joghurt auf oder neben dem Reis an.