Rezept

Ras el Hanout Gemüsepilaw

1 h | 4 Pers

Zutaten

2 grosse	Zwiebeln
3 (ca 500g)	Peperoni
2 (ca 400g)	Aubergine
3-4 EL	Olivenöl
250g	Langkornreis
8	Datteln, entsteint
1 Hand voll	Rosinen
1 - 2 Hand voll	Mandelblättchen
1 EL	Ras el Hanout Gewürzmischung
ca 1 TL	Meersalz
5-6 dl	Wasser

Vorbereitung

- Alles Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.
- Die entsteinten Datteln, quer in ca. 1/2 cm dicke Stücke schneiden.

Zubereitung

1. In einem Wok 2 EL Olivenöl erhitzen, das geschnittene Gemüse dazugeben und gut andünsten, dabei immer rühren. So lange bis es anfängt, etwas zusammen zu fallen (ca. 10 Min). Den Wok nun zur Seite Stellen.
2. In einer zweiten Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen, den Reis dazu geben und andünsten bis er glasig wird. Die Pfanne vom Herd ziehen.
3. Nun Ras el Hanout unter den Reis mischen, umrühren, und mit 5 dl Wasser ablöschen.
4. Jetzt den gewürzten Reis zum Gemüse im Wok geben, noch etwas Salz dazu und alles gut mischen. Bei nicht zu grosser Hitze, zugedeckt, köcheln lassen. Immer mal wieder gut rühren. Wenn nötig Wasser nachgiessen. Es sollte immer etwas Flüssigkeit vorhanden sein.
5. Wenn der Reis beinahe gar ist, die Rosinen beigeben und noch mitköcheln lassen.
6. Wenn der Reis die von Ihnen gewünschte Konsistenz hat, je nach Sorte nach 10 - 20 Min., die Pfanne vom Herd nehmen und noch mit Salz abschmecken.
7. Die geschnittenen Datteln nun unter den Pilaw mischen und noch etwas ziehen lassen. Wenn Sie die Datteln zu früh beigeben verkochen sie, sie sollten nur noch heiss werden.

8. Während die Datteln ziehen, als letztes in einer Bratpfanne die Mandelblättchen trocken anrösten, bis sie leicht braun werden. Die gerösteten Mandelblättchen werden als Krönung über den fertigen Pilaw gestreut.

Variationen

Sie können auch andere getrocknete Früchte verwenden: Aprikosen, Berberitzen etc. je nach Ihrem Geschmack.

Das Gericht schmeckt aber auch ohne Früchte sehr gut, falls Sie die Kombination würzig / süss nicht mögen.

Tipps

Dazu reiche ich Ras el Hanout Sauce, für die Gäste die es gerne intensiver mögen.

Ausgezeichnet passt auch Luna 's Tomatensalat.

En Guete!
Mit Gruss aus der Küche vom Scharfen Sultan.