

Februar 2010

Exotischer Pilaw mit Satay- Spiessli

Rezept für 4 Personen

VORBEREITUNGEN:

- Backofen auf 220 Grad Grillfunktion (oder Heissluft mit Grill) vorheizen
- Fleisch mind. 3-4 Stunden im voraus, besser über Nacht, marinieren
- 8-12 Holzspiessli ca. ½ Stunde in kaltes Wasser einlegen (Fleisch löst sich später besser vom Spiessli ab)

MARINADE:

- 1dl Kokosmilch
- 2 EL Sojasauce
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ½ TL Curry
- 1 TL rote Currypaste oder Sambal oelek
- Pfeffer aus der Mühle
- 400g Schweinsnierstück oder Pouletbrüstli

gut zusammen mischen
der Länge nach in ½ cm dünne Scheiben
schneiden, schlangenartig auf die Holzspiessli
auffädeln, leicht zusammenstossen
➤ mit der Marinade bestreichen und zugedeckt kühl stellen

PILAW-REIS:

- 1 EL Butter
- 2 EL Kokosflocken
- 1 Rüebli, geschält, an der Röstiraffel gerieben
- 2 EL Weinbeeren, hell oder dunkel
- 1 Hauch abgeriebene Zitronenschale
- 1 TL Garam Masala (indische Gewürzmischung)
- 1 TL Curry, scharf
- ½ TL Kurkuma (Gelbwurz, gemahlen) oder
ersatzweise 1 Prise Safran
- 1 TL Rohrzucker
- je 1 Prise Koriander, Zimt, Kardamom

in einer Chromstahlpfanne erwärmen

- gut 4 dl Wasser
- Salz
- 250g Basmati- Reis

alle Zutaten im Butter kurz andünsten, bis sich
Geschmackstoffe gebildet haben
dazu giessen
beigeben, aufkochen
unter kaltem Wasser klar spülen, Reis in die
kochende Flüssigkeit geben, umrühren, Deckel aufsetzen
und auf ausgeschalteter Herdplatte 15-20 Min. quellen
➤ **Vor dem Servieren mit einer Gabel lockern**

SPIESSLI:

Die Spiessli auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Oberflächengrill im Ofen 10 Min. braten. Sofort herausnehmen und servieren, sonst werden sie trocken.

TIPP:

- die Spiessli können auch in der Bratpfanne zubereitet werden.
- wer einen Dampfgarer hat, kann den Reis auch darin zubereiten. Dafür alle Zutaten mischen und 25 Min. bei 100 Grad dämpfen, ohne vorher anzudünsten.
- anstelle der Rüebli kann auch Kürbis verwendet werden.
- zu den Spiessli eine Sweet- Chili- Sauce oder eine Erdnusssauce servieren.