



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

Thailändischer Reis

Tay Pilavi



1 ½ Gläser Reis
1 Glas Erbsen aus der Dose
1 Möhre
2 Eier
1 Zwiebel
8 EL Öl
3 Gläser Wasser
1 ½ Kaffeelöffel Salz

- # 3 Gläser Wasser, ½ Kaffeelöffel Salz und drei Esslöffel Öl in einen Topf füllen und kochen lassen.
- # Den Reis ein paar mal mit sprudelndem Wasser in einem Sieb waschen, abtropfen und in das Kochende Wasser geben.
- # Bei schwacher Hitze mit geschlossenem Deckel 15 Minuten lang weiterköcheln lassen. Vom Herd nehmen und es 30 Minuten lang ziehen lassen.
- # In einen anderen Topf drei Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze erhitzen, dann die feingehackten Zwiebeln darin dünsten.
- # Die in 0,5 cm grosse Würfel geschnittene Möhren hinzugeben und glasig dünsten.
- # Hierzu die abgetropften Erbsen und ½ Kaffeelöffel Salz geben ein paar mal umrühren und vom Herd nehmen.
- # In eine Pfanne zwei EL Öl geben, zwei Eier einschlagen und ½ Kaffeelöffel Salz einstreuen. Bei mittlerer Hitze wie einen Omelett zubereiten. In kleine Teile aufteilen und in der Pfanne lassen.
- # Den zum ziehen gelassenen Reis mit einer Gabel vorsichtig umrühren. Zuerst die Erbsenmischung und dann die omelettartig zubereiteten Eier dazumischen.
- # Das Ganze ohne den Reis zu beschädigen umrühren und bei schwacher Hitze 5 Minuten lang kochen. In eine feuchte Schale füllen und auf einen flachen Servierteller wenden und servieren.

Tipp: Der thailändische Reis ist ein thailändischer Rezept.