



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

Persischer Reis

Acem Pilavi



2 Hühnerbrüste
4 Eier
1 Glas Reis
7-8 Petersilienzweige
1 EL Korinthen
1 EL Pinienkerne
1 Kaffeetasse Öl
1 Kaffeelöffel Salz
1 TL Pfeffer
1 TL Würzmischung
2 Gläser Wasser oder Fleischbrühe

- # In eine Kaffeetasse Öl ein Glas ausgewaschenen Reis hinzugeben und anbraten nach fünf Minuten anbratenzwei Gläser Wasser und Salz hinzugeben. Zuerst auf mittlerer dann auf niedriger Hitze 15-17 Minuten köcheln lassen. Danach zwischen Deckel und Topf ein Papiertuch legen und ziehen lassen.
- # Jedes Ei einzeln in eine Schale einschlagen, verquirlen und in einer Pfanne zu 4 separaten Omletts zubereiten.
- # In den Reis die zuvor in Wasser gekochte und zerzupfte Hühnerbrüste, fein gehackte Petersilie, Pfeffer, in Öl gebratene Pinienkerne und Korinthen sowie die Gewürzmischung hinzugeben und unterrühren. In vier gleichgroße Teile aufteilen.
- # In die Mitte jedes Omletts ¼ des Reises geben und wie einen Paket den Omlett über den Reis schlagen.
- # In eine kleine hitzebeständige Schale mit den Falten nach unten hineinlegen. Alle Omletts auf die gleiche Weise vorbereiten.
- # Bei 190 Grad im Backofen 5 Minuten backen.
- # Warm servieren.

Tipp: Persischer Reis ist eine Gericht der Osmanischen Küche.