Ezogelin Reis

Ezogelin Pilavı



1 Glas grober Bulgur
1 Glas Gerstenudel
1 Glas Reis
1 EL Butter
6 EL Sonnenblumenöl
1 mittel grosse Zwiebel
2 rote Paprika
1 Glas geribene Tomaten
5 Gläser Wasser oder Fleischbrühe
1 ½ KL Salz
1 KL Pfeffer

In einem Topf Butter und Sonnenblumenöl bei mittlerer Hitze erhitzen und vermischen, danach die Gerstenudel hinzufügen und dünsten.
Dünn gehackte Zwiebel hinzugeben und weich dünsten.
In diese Mischung entkernte, gesäuberte und klein gewürfelte rote Paprika hinzugeben.
Wenn die Farbe der Paprika sich verändert, dann ausgewaschenen und abgetropften Bulgur und Reis zu dieser Mischung hinzugeben.
Alle Zutaten 5 Minuten dünsten und danach geriebene Tomaten, Salz, Pfeffer und Fleischbrühe hinzugeben und den Deckel des Topfes verschliessen.
Den Reis zuerst bei hoher Stufe 5 Minuten, dann anschliessend bei niedriger Stufe 15 Minuten insgesamt 20 Minuten kochen.
Zwischen Deckel und Topf ein saugfähiges Tuch legen und eine halbe Stunde ziehen lassen.
Anschliessend vorsichtig umrühren und heiss servieren.

Tipp: Auf Wunsch kann dem Ezogelin Reis unmittelbar vor dem Servieren in Wasser gegartes und gerupftes Hühnerfleisch hinzugegeben werden.