



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

---

## Mengenreis

### Mengen Pilavi



2 Gläser Reis  
2 Spitzpaprika  
2 Tomaten  
10 mittel grosse Pilzte  
4 Lauchzwiebel  
1 EL Butter  
5 EL Öl  
2 ½ Gläser Fleischbrühe  
2 KL Salz  
½ KL Pfeffer

- # Den Reis in eine Schale, das mit warmem Wasser, Salz und ein paar Tropfen Zitronensaft gefüllt ist, mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen.
- # Während dessen das Gemüse vorbereiten, die Kerne der Paprika entfernen und dünn zuschneiden. Die Tomaten schälen und würfeln. Die Lauchzwiebel säubern, den weissen und den grünen Teil separat zuschneiden. Damit die Pilze nicht dunkel werden sie als letztes zuschneiden.
- # Im Topf Öl und Butter erhitzen und vermischen danach Paprika, das weisse der Zwiebel und die Pilze hinzugeben. Bis der Pils wässrig wird köcheln lassen.
- # Den in Wasser eingelegten, ausgewaschenen und abgetropften Reis und den grünen Teil des Lauchzwiebels hinzugeben.
- # Bei hoher Hitze den Reis ohne es zu beschädigen glasig dünsten.
- # Salz, Pfeffer und Tomaten hinzugeben und einige Mal umrühren.
- # Schliesslich Fleischbrühe hinzufügen und den Deckel verschliessen. Zuerst bei mittlerer und anschliessend bei niedriger Stufe insgesamt 20 Minuten kochen.
- # Nach dieser Zeit zwischen Deckel und Topf einen Tuch einlegen und mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen. Heiss servieren.

**Tipp:** Mengenreis ist eine traditionelle Reisrezeptur. Im Originalrezept werden 3 Esslöffel Butter verwendet und es wird kein Öl verwendet.