



Reis mit Kidneybohnen (Lolaz)

Lolazlı Pilav



1 Glas grober Bulgur
250 g Kidneybohnen
½ EL Tomatenmark
1 Kl Salz
1 mittel grosse Zwiebel
6 EL Sonnenblumenöl
2 Gläser Wasser

Kidneybohnen säubern, waschen und zweifingerbreit zuschneiden, in einen Topf füllen und 2 Gläser Wasser einfüllen und mit geschlossenem Deckel 15 Minuten kochen.

Nach dieser Zeit ohne die Flüssigkeit auszuschütten ausgewschüttete und abgetropfte Bulgur, Mark und einen halben Kaffeelöffel Salz hinzugeben, zwischen mittel und niedriger Stufe mit verschlossenem Deckel 15 Minuten kochen.

Währenddessen in einer anderen Pfanne Olivenöl erhitzen und klein gehackte Zwiebel hinzugeben und so lange dünsten bis die Zwiebel sich zusammen ziehen und verkleinern.

In den fertig gekochten Reis die Zwiebel hinzugeben und vorsichtig unterrühren.

Den Deckel des Topfs verschliessen und ohne einen Tuch einzulegen 15-20 Minuten ruhen lassen.

Warm servieren.

Tipp: Lolazlı Reis ist eine Rezeptur aus der Region Gaziantep. Die Kidneybohnen nennt man hier Lolaz.