

Shiba

## **PAKISTANISCHES PILAW (REIS MIT HÄHNCHEN)**

Portionen: 4

Dauer: 55 Minuten



### **Zutaten:**

400 g	Basmatireis extra long (optional)
100 ml	Öl z.B. Sonnenblumenöl
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Koriandersamen (optional)
1	große Zwiebel (in längliche Streifen geschnitten)
4	Hähnchenschenkel (enthäutet & halbiert) ca. 1,5 kg
1 EL	Pfeffer (frisch gemahlen)
2 TL	Kurkuma
10 g	Ingwer
1 Knolle	Knoblauch
2	Lorbeerblätter
1	frische grüne Chilischote scharf (optional)
700 ml	Wasser
2,5 TL	Salz

### **Zubereitung:**

1. Den Reis in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. In einer Schüssel mit Wasser einweichen und beiseitestellen.
2. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Lorbeerblätter, Kreuzkümmel und Koriandersamen hinzufügen.
3. Herd auf mittlere Stufe schalten und die Zwiebeln darin anschwitzen bis sie eine dunkelbraune Farbe angenommen haben. Das kann 5-10 Minuten dauern.
4. Mit etwas Wasser (ca. 50 ml) ablöschen und sofort mit dem Topfdeckel verschließen. Dadurch werden die Zwiebeln weich und geben ihre dunkle Farbe sowie Aroma ab.
5. Den Topfdeckel wieder abnehmen, Fleisch hinzufügen und unter ständigem Rühren rundherum anbraten.
6. Kurkuma, Pfeffer, Lorbeerblatt, Zimtstange, Chili und Salz hinzufügen und nochmals schön anbraten.
7. Mit Wasser ablöschen und zum Kochen bringen.
8. Währenddessen Knoblauch und Ingwer schälen und in einem Mörser zu einer Paste stampfen. Alternativ fein hacken.
9. Sobald das Wasser aufkocht, die Knoblauch-Ingwer Paste dazugeben und auf mittlerer Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 10-15 Minuten köcheln lassen, damit sich alle Aromen schön in der Brühe entfalten können.
10. Den eingeweichten Reis abtropfen lassen und zu der köchelnden Hühnchen-Gewürz-Brühe hinzufügen, vorsichtig umrühren.

11. Die Hitze reduzieren und den Deckel auf den Topf legen. Den Reis in der Hühner-Gewürz-Brühe etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis er gar und durchgekocht ist.

12. Den Topf vom Herd nehmen und ca. 10 Minuten ruhen lassen, bevor er mit der Gabel vorsichtig aufgelockert wird.

13. Mit einem erfrischenden Joghurt-Minze-Dip und Tomaten-Gurken Salat genießen.

**SHIBAS Tipps:**

1. Statt Hähnchenfleisch kannst du auch Rindfleisch oder Lamm nehmen. Beachte dann jedoch die unterschiedliche Garzeit.

2. Bevor du den Reis in die Brühe gibst, schmecke unbedingt ab! Die Brühe sollte leicht salzig schmecken. Durch den Reis gleicht sich der salzige Geschmack später wieder aus.

3. Am nächsten Tag schmeckt Pilau besonders lecker, da alle Gewürze und Aromen besser sich durchgezogen sind.