EXPRESS

Reiskuchen mit Pilzen & Auberginen

Präsentiert von: Handelshof – Der Frische-Profi

Genuss Rezept der Woche

Lust auf einen Hauch Exotik und etwas Köstliches ohne Fleisch? Dann probieren Sie mal Tahcheen. Dieses Rezept stammt aus dem wunderbaren Kochbuch „Die Küche Persiens“ von Jasmin Khan (DK-Verlag, 24,95 Euro)und eignet sich perfekt, wenn man Gäste erwartet, weil man alles schön vorbereiten kann und dann einfach nur noch galant alles mit einer Handbewegung in den Ofen schiebt, wenn die Gäste den Willkommensdrink nehmen. Der raffinierte Safranreiskuchen mit Pilz-Auberginen-Füllung und tollen Gewürzen sieht optisch richtig gut aus und macht richtig schön satt. Wer mag, reicht noch etwas Joghurt mit Knoblauch dazu.



Zutaten — **Portionen: 6**

400 g	Basmatireis
3	mittelgroße Auberginen und 4 Riesenchampignons
1 1/4 TL	Safran und 1 Prise Zucker
Etwas	Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer
55 g	Butter und 2 Eigelb
200 g	griechischer Joghurt (10 % Fett)
3	Knoblauchzehen und 1 mittelgroße Zwiebel
1/2 TL	Kreuzkümmelsamen
Je 1/2 TL	Kurkuma, Piment, Zimt und Cayennepfeffer(gemahlen)
25 g	Berberitzen und 40 g Pistazienkerne

Basmatireis



Auberginen & Riesenchampignons



Safran, Zucker, Salz & Pfeffer



Gewürze, Berberitzen & Pistazien



Knoblauch, Joghurt & Kreuzkümmel



Sonnenblumenöl, Butter, Zwiebel & Eier





Zubereitung: So wird’s gemacht

■ **Reis** in kaltem Wasser waschen, bis das Wasser klar bleibt. In einer Schüssel 15 Minuten einweichen, abgießen und abtropfen lassen.

■ Einen großen Topf mit **Wasser** füllen, **2 EL Salz** hineingeben, zum Kochen bringen. Reis nur 4 bis 5 Minuten garen, die äußere Schicht sollte weich, der Kern aber noch hart sein.

■ **Reis** in ein Sieb abgießen, lauwarm abschrecken. Safran im Mörser mit **1 Prise Zucker** zermahlen, mit **2 EL heißem Wasser** übergießen, ziehen lassen. **Backofengrill** auf mittlerer bis hohe Stufe vorheizen.

■ **Auberginen** längs in 2 1/2 cm dünne Scheiben schneiden, mit Sonnenblumenöl beträufeln, großzügig salzen und unterm Backofengrill 10 bis 15 Minuten grillen, dabei wenden. Herausnehmen.

■ **Zwiebel** fein hacken, **Knoblauchzehen** zerstoßen. In einem großen Topf **2 EL Sonnenblumenöl** und **15 g Butter** erhitzen, Zwiebel darin anschwitzen, bis sie weich ist. Knoblauch zugeben, 2 Minuten anschwitzen. Die **Kreuzkümmelsamen** in einer kleinen Pfanne ohne Fett 1 Minute rösten, im Mörser zermahlen und zur Zwiebelmischung geben.

■ **Pilze** in große Stücke schneiden, zusammen mit **Kurkuma, Piment, Zimt, Cayennepfeffer, 1 TL Salz** und **1/4 TL Pfeffer** mischen. Die Pilze weich braten und vom Herd nehmen.

■ Ofen auf 190 Grad vorheizen. Die **Eier** trennen, **Eigelbe** in einer großen Schüssel mit **Joghurt**, dem eingeweichten **Safran**, **1 1/2 TL Salz** und 1 TL **Pfeffer** verquirlen. Reis unterrühren, bis er gleichmäßig mit der Masse überzogen ist.

■ Boden und Rand einer **Auflaufform** (ca. 2,6 Liter Inhalt) mit **15 g Butter** einfetten. Hälfte des Reises einfüllen, gleichmäßig andrücken. Auberginen und Pilze als eine Schicht drübergeben, mit dem restlichen Reis bedecken.

■ **Übrige Butter** in Flöckchen darauf verteilen. Form fest mit **Alufolie** verschließen, Reis im Ofen **1 1/2 bis 2 Stunden backen**, bis der Boden goldbraun ist.

■ Aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen. Für die Garnitur **15 g Butter** in einer Pfanne zerlassen, **Berberitzen, gehackte Pistazien** und **1 EL Zucker** 2 Minuten aufschäumen, bis der Zucker gelöst und die Berberitzen aufgequollen sind.

■ Zum Servieren Reiskuchen auf ein großes Brett stürzen. Mit Berberitzen und Pistazien bestreuen.

Fotos: iStockphoto/Getty, DK Verlag/Matt Russell. Rezept: Yasmin Khan, Hersteller; Weitere Rezepte unter www.handelshof.de/express-rezepte

Das Küchen-Lexikon

Safran, das absolute Luxusgewürz

Safran wird aus der Krokusart „Crokus sativus“ gewonnen. Der wird auf Feldern, vor allem im Iran, aber auch in Spanien angebaut. Die Krokusse blühen nur zwei Tage. Innerhalb von zwei Wochen im Oktober oder November werden alle Blüten in Handarbeit gepflückt. Nur die Stempelfäden werden ausgezupft. Je mehr vom hellgelben Griffel zu den Fäden gelangt, umso schlechter wird die Qualität. Danach trocknet oder toastet man Safranfäden, sodass sie einen niedrigeren Wassergehalt aufweisen. Um ein Kilo Safran herzustellen, braucht es bis zu 200 000 Krokusblüten. Safran ist sehr intensiv, kleinste Mengen reichen für einen intensiven Geschmack. Mit zu viel Safran schmecken Gerichte bitter.

