

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

„Reisgerichte“



Veranstalter Kfd - Spay

07.11.2012

Feines Gemüserisotto

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln.

1 Zucchini säubern, halbieren, Kerne mit einem Löffel auskratzen, Zucchini in kleine Würfel schneiden,
2 Möhren putzen und in kleine Würfel schneiden.

200 g Champignon putzen und klein würfeln.

1 1/2 bis 1 3/4 l Fleischbrühe herstellen.

1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, gesamtes Gemüse andünsten.

350 g Risottoreis zufügen, kurz mitrösten.
1/4 l Weißwein zugießen und so lange köcheln, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Soviel Fleischbrühe zugießen, bis der Reis bedeckt ist und immer wieder Brühe zugießen, sobald sie aufgesogen ist. Insgesamt offen 25 - 30 Min. köcheln.

100 g TK Erbsen die letzten 5 Minuten im Risotto mitgaren.

100 g geriebener Parmesan
2 EL Butter einrühren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tomatensuppe mit Reis

1/2 l Wasser zum Kochen bringen
1/2 TL Salz dazugeben
100 g Langkornreis hineingeben und bei mittlerer Hitze
ca. 20 Minuten gar köcheln.
Auf ein Sieb abgießen und zur Seite stellen.

1 große Zwiebel schälen, fein hacken in
50 g. Butter glasig dünsten,

2 EL Zucker zugeben, unter Rühren schmelzen, bis er
karamellisiert (mittlere Hitze).

1000 g passierte Tomaten (Pomito) dazugeben, und
2 EL gekörnte Brühe untermischen, mit

Pfeffer abschmecken.

Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. köcheln lassen.

Suppe in Tassen oder Teller mit Reis und einem Klecks Sahne
anrichten.

Menüauswahl

Tomatensuppe mit Reis

Feines Gemüserisotto

Currybratreis mit Hack

Ofenreis mit Sauerkraut und Mett

Hähnchenspieße mit Möhren-Rosinen-Reis

Ungarische Reispfanne mit Cabanossi

Feurige Chorizo-Reis-Pfanne

Schokoladen-Reis-Dessert

Currybratreis mit Hack

200 g Basmatireis in Salzwasser garen, Reis abgießen und abtropfen lassen.

1 Chinakohl putzen und in Streifen schneiden.

4 mittelgroße Möhren schälen, längs halbieren und in Scheiben schneiden.

2 EL Olivenöl in der Pfanne erhitzen,
400 g Rinderhack darin krümelig braten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis, Gemüse und 2 EL Cashewkerne zufügen und unter Rühren ca. 5 Minuten mitbraten.

Mit 2 TL Curry bestäuben,
4 EL Sojasauce und
6 EL Wasser zugießen und weitere 5 Minuten garen.

Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Mit einem Klecks Creme fraiche anrichten

Ungarische Reispfanne mit Cabanossi

Schaschliksoße herstellen:

2 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen pellen und fein würfeln.

2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knobi darin andünsten. 3 EL Paprika, 1 EL Curry hinzufügen, umrühren und etwas anschwitzen lassen.

200 ml Tomatenketchup, 1 EL Hühnerbrühe,

2 Stängel Petersilie, 1 Lorbeerblatt, 1/2 TL Thymian dazugeben und 10 Minuten nicht zu heiß köcheln lassen. Petersilie und das Lorbeerblatt entfernen.

200 g Langkornreis in Salzwasser garen.

1 gelbe Paprikaschote putzen und in Streifen schneiden.

2 rote Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden.

2 Knoblauchzehen pellen und in Stücke schneiden.

150 g Kabanossi in Scheiben schneiden und in einer Pfanne ohne Fett anbraten.

Paprika, Zwiebeln und Knoblauch darin unter Wenden ca. 5 Minuten braten.

Schaschliksoße, Reis und ca. 50 ml Wasser unterrühren, kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen.

1 Bund Petersilie hacken über die Reispfanne streuen.

Hähnchenspieße mit Möhren-Rosinen-Reis

3 EL Tomatenketchup

1 EL Sojasauce

1 TL gemahlener Kreuzkümmel

1 TL Chili alles gut verrühren

600 g Hähnchenfleisch nach Wahl würfeln und auf geölte Holzspieße stecken. Mit der Marinade bestreichen und kühl stellen.

500 g Möhren schälen, längs halbieren und in Scheiben schneiden.

1 Zwiebel schälen und fein würfeln

3/4 l Fleischbrühe herstellen.

Margarine in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Möhren darin andünsten.

300 g Langkornreis zufügen, kurz mit dünsten, Brühe angießen.

40 g Rosinen und ca. 1/2 TL Salz zufügen und aufkochen.

Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten garen.

2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße unter Wenden braten.

Hähnchenspieße auf dem Möhren-Rosinen-Reis anrichten.

Ofenreis mit Sauerkraut und Mett

200 g Langkornreis in Salzwasser garen.

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln.

400 g Sauerkraut

500 g Schweinemett gut miteinander vermischen

100 g gewürfeltes Dörrfleisch dazugeben und gut vermischen.

Zwiebeln, Knoblauch und den Reis auch dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Auflaufform einfetten, die ganze Masse hineingeben und im Backofen bei 200° ca. 35 Minuten backen.

Feurige Chorizo-Reis-Pfanne

400 g Langkornreis in Salzwasser garen

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen pellen und fein würfeln.

200 g rote

400 g gelbe Paprikaschote vierteln, säubern und in Streifen schneiden.

1 grüne Peperonischote

1 rote Chilischote säubern, längs aufschneiden, entkernen und fein würfeln.

250 g Chorizowurst in Scheiben schneiden.

2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Wurst und Paprika darin 3 Minuten braten Knoblauch, Peperoni, Chili, Reis und 40 g schwarze Oliven unterheben, weitere 4 Minuten unter Rühren garen.

Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Curry abschmecken.

2 Stiele Oregano Blättchen von den Stielen zupfen und über die Reispfanne bestreuen.

Schokoladen-Reis-Dessert

100 g Langkornreis in Salzwasser garen.

600 ml Milch

100 g Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren erwärmen, bis sich der Zucker auflöst.

200 g gehackte Zartbitterschokolade,
4 EL gewürfelte Butter zugeben und rühren, bis alles gut vermischt ist.

Den Reis einrühren und die Hitze reduzieren.
Geschlossen ca. 30 Min. köcheln, bis die Milch aufgenommen und die Mischung eingedickt ist.

5 Tropfen Vanillearoma

2 EL Weinbrand einrühren.

Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

100 ml Sahne steif schlagen.

1 gehäuften EL Sahne unter den Schokoladenreis heben, um ihn aufzulockern. Dann die restliche Sahne unterheben.

In Portionsgläser füllen, abdecken und 2 Stunden kalt stellen.

Mit Schlagsahne und Schokoladenspänen garnieren.