



## Shiitake-Ragoût mit Gemüse-Pilaw

Die Shiitake-Pilze sind von dezentem Geschmack, aber sie nehmen Marinaden sehr gut auf. Die Marinade kann einfach nur aus Sojasauce bestehen, deren rezenter Geschmack gut mit dem Umami-Ton der Pilze harmoniert. Die Pilze sind schnell zubereitet, sie werden kurz angebraten und dann mit Tandori Masala, der leicht pikanten indischen Gewürzmischung, gewürzt und im Sauerrahm geschmort.

Dazu passt ein Pilaw-Reis mit reichlich Gemüse sehr gut. Die Gemüse können nach Belieben ausgewählt werden, doch ein Kohlgemüse sollte dabei nicht fehlen.

*<i>Umami: Das Lehnwort aus dem japanischen bezeichnet nebst salzig, süß, sauer und bitter eine fünfte Geschmacksrichtung, die am ehesten mit fleischig oder vollmundig übersetzt werden kann.</i>*

### Zutaten

(pro Portion)

150g Shiitake  
3El Soja-Sauce (Kikkoman)  
40g rote Peperoni  
1dl Sauerrahm  
1/2Tl Tandori Masala

(für 2 Portionen)

150g Langkornreis  
3,5dl Gemüsebouillon  
80g Rüebli  
40g Federkohl  
20g Zwiebel  
2-3 kleine Knoblauchzehen

1 Lorbeerblatt  
Bratbutter

## Zubereitung

Schäfte von den Shiitake ausbrechen, danach die Hüte je nach Grösse halbieren oder vierteln. Mit Soja-Sauce übergiessen, vermischen und ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Rüebli zu kleinen Würfelchen schneiden. Dicke Kielteile vom Federkohl wegschneiden, Blattwerk zu kurzen, schmalen Streifen schneiden. Zwiebel hacken und den Knoblauch klein würfeln.

Alles Gemüse in reichlich Bratbutter 10 Minuten dünsten. Reis zugeben und vermischen bis der Reis glasig wird. Gemüsebouillon dazugliessen, Lorbeerblatt zugeben und zugedeckt 25 Minuten leicht köcheln lassen, dabei den Deckel nie abheben.

Peperoni zu schmalen, kurzen Streifen schneiden. In Bratbutter ca. 5 Minuten dünsten. Marinierte Shiitake zugeben und 2-3 Minuten mitdünsten. Sauerrahm dazugliessen, mit Tandoori Masala würzen und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen, gegen Schluss grob gehackte Petersilie zugeben.

Pilaw zu einem Ring anrichten und das Shiitake-Ragoût in der Mitte anrichten. Mit etwas Petersilie bestreuen.







*Pilaw zugedeckt köcheln lassen*



