Pilaw mit Rindfleisch und Sauerrahm-Dip

Das Reisgericht Pilaw entstammt der orientalischen Küche. Früheste Erwähnungen dieser Kochtechnik gibt es in arabischen Kochbüchern aus dem 13. Jahrhundert. Langkörniger Reis wird mit gut der doppelten Menge Brühe aufgekocht und danach in einem geschlossenen Topf gegart. Pilaw kann als Beilage serviert werden, mit Zugaben von Gemüsen oder Fleisch wird daraus ein schmackhaftes Eintopfgericht. Auch ist es ideal, um Resten auf gute Art zu verwerten, z.b von Ragouts oder Schmorbraten. In diesem Rezept ist es ein Rindsragout mit Gemüse.

Dazu passt ein Sauerrahm-Dip mit Zwiebellauch sehr gut. Zwiebellauch sieht aus wie zu gross geratener Schnittlauch, schmeckt auch ähnlich, aber mit einem kräftigen, jedoch nicht scharfen Zwiebelgeschmack dazu.

Zutaten (2 Portionen)

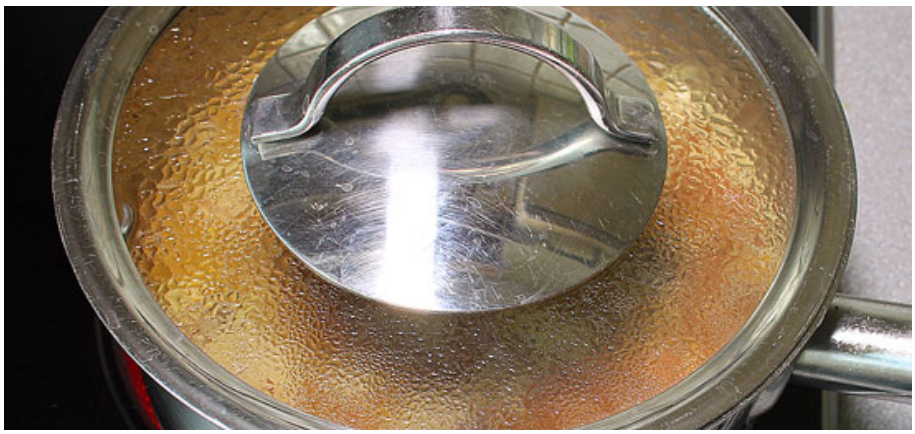
100g	Langkornreis
40g	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1El	Olivenöl
1/2Tl	Kreuzkümmel
1/2Tl	Koriander gemahlen
1Tl	Paprika süss
1	Briefchen Safran
2,2dl	Bouillon
200g	Rindsragout mit Gemüse gekocht
50g	Sauerrahm
	Zwiebellauch
	Kräutersalz

Zubereitung

Rindsragout (Fleisch und Gemüse) etwas kleiner schneiden, ca. 1,5cm grosse Würfel sind ideal. Zwiebel und Knoblauch hacken. Kreuzkümmel im Mörser leicht zerstossen.

Ofen auf 180° vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl andünsten, Gewürze zugeben und kurz mitdünsten. Reis zugeben und die Bouillon zugiessen. Ragout zugeben und aufkochen. Deckel auf die Pfanne setzen und für 22 Minuten in den Ofen schieben. Während dem Garen Deckel nie abheben!

Zwiebellauch zu möglichst kleinen Röllchen schneiden, mit dem Sauerrahm vermischen und mit Kräutersalz würzen.

Pilaw aus dem Ofen nehmen und mit einer Gabel auflockern. Zusammen mit dem Sauerrahm-Dip anrichten.