



Reissalat mit Curry, Thon und Melone

Für diesen leicht pikanten Sommersalat habe ich herkömmlichen Langkornreis und schwarzen Reis aus dem Piemont (nicht zu verwechseln mit Wildreis) gemischt. Der schwarze Reis muss viel länger als der Langkornreis gekocht werden (ca. 45 Minuten), darum habe ich die beiden Reise separat gekocht. Den Langkornreis habe ich mit den Gewürzen wie ein Pilaw zubereitet und den schwarzen Reis nur in Bouillon gekocht. Erst nach dem Abkühlen habe ich die Beiden zusammen mit weissem Balsamico und Sonnenblumenöl vermischt und etwas ziehen lassen. Ganz zum Schluss mischte ich den Thon und die Melone unter.

Zutaten (2 Portionen)

125g	Langkornreis
1/2	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1dl	Weisswein
1Tl	Curry mild
1/2Tl	Piment (Dosierung je nach Schärfe)
1dl	Weisswein
3dl	Gemüseboullion
	Butter
50g	Riso nero
1,5dl	Gemüseboullion
	Butter
140g	Thon (Abtropfgewicht)
200g	Wassermelone
2El	Sonnenblumenöl
1El	Weisser Balsamico
	schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Riso nero in etwas Butter ganz kurz andünsten, die Reiskörner sollten grad so von butter überzogen sein. Bouillon dazugießen und zugedeckt ca. 45 Minuten köcheln lassen. Reis in ein Sieb abgessen und auskühlen lassen.

Langkornreis:

Zwiebel und Knoblauch in Butter kurz andünsten, die Zwiebel sollten ganz leicht braun werden. Reis zugeben und ein paar mal wenden. Mit Weisswein ablöschen. Curry und Piment zugeben und den Wein etwa auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Bouillon aufgießen und zugedeckt ca. 10 Minuten (je nach Reissorte) köcheln lassen. Deckel abnehmen und den Rest der Flüssigkeit unter stetigem Wenden verdunsten lassen. Reis zum Auskühlen auf einen grossen, flachen Teller geben.

Beide Reise in einer Schüssel zusammen mit dem Sonnenblumenöl und dem Balsamico vermischen, Eventuell mit schwarzem Pfeffer abschmecken. Eine halbe Stunde ziehen lassen.

Melone in kleine Würfelchen schneiden, dabei die Kerne entfernen. Thon abtropfen und klein hacken. Beides unter den Reis mischen.



Zumindest ein Teil der Zutaten...



