



Arabischer Reis

mit Hühnchen, Gemüse und Rosinen



30-40min



3-4 Personen

Dieses süß gewürzte Hühnchen mit Rosinen und Mandel-Reis wird in Syrien "Kabsa" genannt. Azad, der aus Syrien kommt, liebt dieses Gericht, weil es ihn an seine Heimat erinnert.

Was du von uns bekommst

- Rosinen 12
- frischer Koriander
- Gewürzmischung : Nelke, Kardamom und Zimtstange
- Borgmeier Hähnchenbrust aus dem Paderborner Land
- Basmati-Reis
- Karotte
- Zwiebel
- Tomatenmark
- Knoblauchzehe
- Tomate
- Mandelblättchen

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Kochtopf
- Pfanne
- Messbecher
- Kochtopf mit Deckel
- Sparschäl器

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 730kcal, Fett 11.4g, Kohlenhydrate 100.5g, Eiweiß 50.4g



1. Gemüse vorbereiten



2. Gemüse anbraten



4. Gewürze zugeben

Nach 5Min. Gewürzmischung sowie 400ml Wasser zum Fleisch geben. Alles ca. 15-20Min. auf mittlerer Stufe kochen, bis Gemüse und Fleisch gar ist und die Sauce leicht eingekocht ist. Evtl. etwas Wasser zugießen.



5. Mandeln rösten

Inzwischen Pfanne ohne Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Mandeln** einige Minuten goldbraun anbraten, dabei gelegentlich wenden. Vorsicht, die Mandeln verbrennen schnell. **Koriander** grob hacken.



3. Reis kochen



6. Reis fertigstellen

Sobald der Reis gar ist, mit einer Gabel auflockern. Reis mit Mandeln und **Rosinen** vermengen. Hähnchen-Curry mit Salz, Pfeffer und Prise Zucker abschmecken und mit Reis anrichten. Mit Koriander bestreuen.