

Frisch gekocht

Freitag, 25. August 2017



Rezept von Andreas Wojta

Reisfleisch mit Karotten-Curry-Salat

1 Stunde/leicht



Zutaten für 4 Personen

1 kg Schweinsschulter, 3 Zwiebeln, 5 Knoblauchzehen, 3 EL Paprikapulver (edelsüß), Suppenpulver, 1 TL Essig, 300 g Langkornreis, Wasser zum Aufgießen, Salz, Pfeffer, Schweineschmalz (oder Öl) zum Braten.

Für den Karotten-Curry-Salat: 8 Karotten, 4 Knoblauchzehen, 1 EL Currypulver, Tafellessig, Öl, Salz, Zucker.

Zubereitung

Das Schweinefleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln putzen, schälen und grob schneiden. Knoblauch schälen und feinblättrig schneiden.

In einem Topf etwas Schmalz erhitzen und die Zwiebeln dunkelbraun anrösten. Knoblauch, Schweinefleisch, Paprikapulver, Suppenpulver und Essig zugeben und durchrühren. Mit Wasser aufgießen (das Fleisch sollte bedeckt sein, mit Salz und Pfeffer würzen und 20 bis 25 Minuten auf kleiner Hitze köcheln lassen).

Dann den Reis begeben, nochmals kurz aufkochen lassen, den Topf vom Herd nehmen und zugedeckt 10 bis 15 Minuten durchziehen lassen.

Für den Salat die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. In Salzwasser bissfest kochen, danach mit kaltem Wasser abschrecken.

Knoblauch schälen und fein hacken. Die Karotten mit dem Knoblauch in einer Schüssel vermengen, mit Currypulver, Essig, Öl, Salz, Zucker und etwas Wasser abschmecken. Das Reisfleisch mit einer Fleischgabel auflockern und mit dem Salat servieren.