

Gebratener Reis mit Meeresfrüchten aus Thailand

Zutaten für 4 Personen:

600 Gramm gemischte Meeresfrüchte, küchenfertige Tintenfische, Shrimps, Muschelfleisch usw.

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen oder Knoblauchpaste

5 – 6 EL Öl

1 TL gemahlene Galgantwurzel oder Paste

1 TL gemahlenes Zitronengras

½ TL weißer Pfeffer

½ TL Cayennepfeffer

3 EL Ketchup

2 EL Fischsauce

600 Gramm abgekühlten gekochten Reis und etwas Koriandergrün zum Garnieren

Zubereitung:

Die Zwiebel wird geschält und fein zerhackt. Die Knoblauchzehen auspressen oder aus der Tube verwenden. Das Öl in eine größere Pfanne geben und darin die Zwiebeln goldgelb anbraten. Danach den Knoblauch hinzufügen.

Die gemischten Meeresfrüchte ebenfalls in die Pfanne geben und bei starker Hitze anbraten. Jetzt mit Galgantwurzel, Zitronengras, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und so lange braten, bis alle Flüssigkeit verdampft ist.

Nun den Ketchup und die Fischsauce dazu geben und alles unter leichtem Rühren 2 Minuten dünsten.

Nun den Reis hinzufügen und gut mit allem vermischen. Achtgeben, dass nichts anbrennt, eventuell etwas Wasser oder einen Schuss trockenen Weißwein hinzugeben. Alles etwa 3 bis 4 Minuten unter ständigem Rühren braten, bis der Reis heiß ist.

Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in kleine Stücke haken. Nur das Hellgrüne und Weiße verwenden und zusammen mit den Korianderblättern über das Gericht geben.

Fleischbrühe oder Fond, Zitronensaft und Sojasoße angießen, Zucker hinzufügen und alles weitere 10 Minuten unter gelegentlichem Umrühren köcheln lassen.

Dazu kann man ein Glas thailändisches Bier, Tee oder Wasser reichen. Guten Appetit!