

Biryani mit Kichererbsen



400 g Basmati Reis
2 große Karotten
200 g TK-Erbsen
1 Dose Kichererbsen
4 EL Ghee ersatzweise Butter
2 Zwiebel
2 Knoblauchzehe
2 Stück Ingwer ca. 2 cm
1000 ml Gemüsefond oder Brühe
Salz & Pfeffer
eine handvoll Rosinen
eine handvoll Cashews
Naturjoghurt und frischer Koriander zum Servieren
Gewürze
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Kurkuma
1 TL Zimt
1 TL Kardamom
1 TL gemahlener Koriander
0,5 TL Chiliflocken
2 Lorbeerblatt

1. Den Reis in ein Sieb geben und unter kaltem Wasser gründlich waschen.
2. Die Karotte schälen und in kleine Würfel schneiden. TK-Erbsen bei Zimmertemperatur antauen lassen. Kichererbsen in ein Sieb geben, unter kaltem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und die ganze Zehe mit der flachen Seite des Messers andrücken. Den Ingwer schälen und fein hacken.
3. In einem großen Topf 2 EL Ghee erhitzen. Zwiebel , Knoblauch und Ingwer bei milder Hitze unter Rühren 3-4 Min. andünsten.
4. Die Gewürze hinzufügen und 1 Min. mit rösten. Reis, Karotten und Erbsen dazu geben, dann den Gemüsefond oder die Brühe angießen.
5. Ein sauberes Küchenhandtuch um den Deckel des Topfes legen und den Deckel samt Küchenhandtuch auf den Topf setzen. Das Küchenhandtuch sorgt dafür, dass der beim Kochen entstehende Dampf im Topf bleibt.
6. Den Reis samt Gemüse etwa 15-20 Min. bei mittlerer Hitze garen, bis die gesamte Flüssigkeit aufgenommen und der Reis gar ist. Zwischendurch gelegentlich umrühren. 5 Min. bevor der Reis gar ist, die Rosinen und/ oder Cashews dazugeben.
7. Das Biryani mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Klecks Joghurt und frisch gehacktem Koriander servieren.