

Mediterraner Reis-Salat mit Basilikum-Mayonnaise

Für zwei Personen

Für die Mayo:

½ Bund Basilikum	1 Limette	1 Ei
1 EL Senf	200 ml Pflanzenöl	Salz

Für den Salat:

250 g Lankornreis	1 kleine Zucchini	1 kleine Aubergine
1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika	1 rote Paprika
1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe	500 ml Gemüfefond
3 EL Aceto Balsamico bianco	1 TL Honig	scharfes Paprikapulver
4 Stiele Basilikum	1 Zweig Rosmarin	4 Zweige Thymian
5 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Mayo:

Limette halbieren, eine Hälfte auspressen. Ei, Senf, Öl und Saft einer halben Limette in ein hohes Gefäß geben und mit Hilfe eines Pürierstabs zu einer Mayonnaise hochziehen. Basilikum unterheben und nochmals mixen. Mit Salz würzen. Die andere Limettenhälfte halbieren und als Deko benutzen.

Für den Salat:

Den Reis 2-3 mal waschen, in Öl anschwitzen und salzen. Basilikumstiele hinzugeben und mit Gemüfefond aufgießen.

Zucchini und Aubergine putzen, waschen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, die Blättchen bzw. Nadeln von den Stielen zupfen und fein hacken.

Paprika waschen, vierteln, von Trennwänden und Samen befreien und in schmale Streifen schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, erst Paprika, anschließend Zwiebel und Knoblauch darin kurz andünsten, dann das Gemüse mitdünsten und unter den Reis mischen.

Reissalat mit Honig, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Balsamico, Rosmarin und Thymian und Mayonnaise kräftig abschmecken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Basilikum unter den Salat mischen.

Johann Lafer am 21. April 2022