

# Juwelen-Reis mit Hühnchen und Knoblauch-Vanille-Joghurt

## Für 4 Personen:

### Für den Reis:

$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe	1 Döschen Safranfäden (0,1 g)	1 Karotte
$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote	200 g Basmatireis	1 TL gemahlene Kurkuma
5 grüne Kardamomkapseln	1 Zacken Sternanis	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
3 Scheiben Ingwer	1 Splitter Zimtrinde	$\frac{1}{2}$ Granatapfel
2 EL gehackte Pistazienkerne	3 EL helle Rosinen	1 EL Koriandergrünblätter
mildes Chilusalz		

### Für das Hähnchen:

1 geh. EL Speisestärke (15 g)	1 frische rote Chilischote	3 EL Weißweinessig
1 TL Tomatenmark	50 g Zucker	1 TL Salz
$\frac{1}{2}$ fein gehackte Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL fein gehackter Ingwer	2 Hähnchenbrustfilets (250 g)
$\frac{1}{2}$ TL Öl	Salz	

### Für den Dip:

200 g griech. Joghurt (10%)	2 EL Milch	1 Msp. Vanillemark
12 geriebene Knoblauchzehen	mildes Chilusalz	Zucker

Für den Reis in einem kleinen Topf 5 EL Brühe erhitzen und vom Herd nehmen. Den Safran hineingeben und darin ziehen lassen. Inzwischen die Karotte putzen, schälen und in etwa  $\frac{1}{2}$  cm große Würfel schneiden. Die Paprikaschote entkernen, waschen und ebenfalls in etwa  $\frac{1}{2}$  cm große Würfel schneiden.

Den Reis mit der übrigen Brühe, Karotte und Paprika in einen Topf geben. Kurkuma, Kardamom, Sternanis, Knoblauch und Ingwer unterrühren, etwas Zimt hineinreiben. Den eingeweichten Safran dazugeben, ein Blatt Backpapier darauflegen und den Reis knapp unter dem Siedepunkt etwa 10 Minuten ziehen lassen. Vom Herd nehmen und zugedeckt weitere 5 bis 8 Minuten ausquellen lassen.

Die Granatapfelkerne aus den Trennhäuten lösen und mit Pistazien, Rosinen und Koriandergrün unter den Reis rühren. Zuletzt Kardamom, Sternanis und Ingwer wieder entfernen, den Reis mit Chilusalz würzen.

Für die Chilisaucе zum Hähnchen 375 ml Wasser abmessen und die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und den Samenstrang ebenfalls entfernen, die Chili waschen und in kleine Würfel schneiden.

Das übrige Wasser mit Essig, Tomatenmark, Chili, Zucker, Salz, Knoblauch und Ingwer aufkochen, die angerührte Speisestärke in die Sauce geben und etwa 2 Minuten leise köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Dann vom Herd nehmen, alles mit dem Stabmixer kräftig pürieren und abkühlen lassen.

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und schräg in etwa  $1\frac{1}{2}$  cm große Würfel schneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verteilen und das Fleisch rundum sanft anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, das Fleisch in der Nachhitze der Pfanne saftig durchziehen lassen. Etwa 80 g Chilisaucе dazugeben (Rest anderweitig verwenden, sie hält sich gekühlt mehrere Wochen), das Fleisch darin wenden und mit Salz würzen.

Für den Dip den Joghurt mit der Milch glatt rühren. Vanille und Knoblauch hineinrühren und alles mit Chilusalz und 1 Prise Zucker würzen.

Zum Servieren den Reis auf vorgewärmte Teller verteilen, die Hähnchenstücke darauf anrichten und den Joghurtdip darum herumträufeln. Nach Belieben mit Koriandergrün garnieren.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2019