

Curry-Gulasch vom Schweine-Hals mit Gemüse-Reis

Für 4 Personen

6 Zwiebeln	800 g Schweinehals	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	3 EL Currypulver	1 Schalotte
1 Karotte	1/2 Fenchelknolle	1 Stange Staudensellerie
3 EL Olivenöl	150 g Langkornreis	ca. 300 ml Gemüsebrühe
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Biozitrone	

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Das Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen, die Zwiebeln zugeben und hell andünsten. Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Zwiebeln legen. Mit Currypulver bestäuben und alles mit ca. 50 ml Wasser ablöschen. Zugedeckt bei mittlere Hitze alles ca. 1 Stunde köcheln lassen. Für den Gemüsereis Schalotte und Karotte schälen und fein würfeln. Fenchel und Staudensellerie abwaschen und ebenfalls fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Schalotte und die Gemüsewürfel anschwitzen, den Reis zugeben, mit Brühe auffüllen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Petersilie unter den Gemüsereis mischen, das restliche Olivenöl unterrühren und abschmecken. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben, diese kurz vor Ende der Garzeit zum Gulasch geben. Wenn das Fleisch weich gekocht ist, die Würfel mit einer Spießgabel aus dem Topf nehmen. Die zerkochten Zwiebeln mit einem Pürierstab fein mixen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch wieder zugeben und servieren. Currygulasch mit dem Gemüsereis anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 13. Januar 2011