

Ragout von Wurzel-Gemüse, Feigen und Endivien-Reis

Für 4 Personen

200 g Basmatireis	Salz	einige Blätter Endiviensalat
8 getrocknete kleine Feigen	600 g bunte Möhren	300 g Rübchen
2 Petersilienwurzeln	1-2 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
2 EL Olivenöl	1 Prise Kreuzkümmel	1 Prise Kurkuma
1 Bio-Zitrone	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Schnittlauch
150 g Frischkäse, mit Pfeffersaaten	1 Paar Wildwurst	

Den Reis gründlich waschen und in kochendem Salzwasser ca. 7 Minuten bissfest garen.

In der Zwischenzeit den Endiviensalat putzen und waschen. Die Feigen in etwas Wasser einweichen. Die Möhren, Rübchen und Petersilienwurzeln waschen und schälen.

Die Schalen in einen Topf geben, mit Wasser aufgießen und aufkochen, dann leicht köcheln lassen. Zwiebeln schälen, fein schneiden. Zwiebelschalen ebenfalls zu den Möhrenschaalen mit in den Topf geben.

Dann den Reis abgießen und gründlich mit kaltem Wasser abspülen.

Butterschmalz in einem breiten Topf schmelzen. Einige Blätter Endiviensalat darauf legen, so dass der Topfboden bedeckt ist. Reis darauf geben. Den Topfdeckel mit einem sauberen Küchentuch umwickeln und auf den Topf geben. So den Reis abgedeckt weitere ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze dämpfen.

Die Möhren und Rübchen in mundgerechte Stücke schneiden.

In einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Gemüsestücke zugeben und andünsten. Mit Kreuzkümmel, Kurkuma und Salz würzen. Mit 2-3 EL passierte Flüssigkeit der ausgekochten Schalen ablöschen.

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und direkt etwas Schale in die Rübchenpfanne reiben.

Die Feigen abtropfen, vierteln und zugeben. Zugedeckt das Gemüse ca. 15-20 Minuten dünsten. Dabei evtl. immer wieder etwas von der Schalenbrühe zugeben.

Petersilie und Schnittlauch abrausen, trocken schütteln, fein schneiden und unter das Gemüse mischen.

Zuletzt den Frischkäse unterrühren und das Gemüse abschmecken.

Die Wildwurst in einer Pfanne kurz von allen Seiten anbraten.

Gedämpften Reis mit dem Salat im Topf vermischen und portionsweise auf Tellern anrichten. Gemüse zugeben und die gebratene Wildwurst obenauf geben.

Jacqueline Amirfallah am 07. Dezember 2016