Rezept

Gebratener Reis mit Spiegelei

Ein Rezept von Gebratener Reis mit Spiegelei, am 28.04.2024

Zutaten

600 g	gekochter Reis vom Vortag (das sind etwa 300 g ungekochter Reis; am besten Basmati-Reis)
5 EL	Ghee oder Sonnenblumenöl
3	Nelken
4	Eier (Größe M)
1 Stück	frischer Ingwer (etwa 2 cm)
1/4 - 1/2 TL	Chilipulver
1/2 TL	Kreuzkümmelsamen (ideal: schwarzer Kreuzkümmel – Kala Jeera)
	Salz
3 EL	gehacktes Koriandergrün

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Sollten keine Reisreste vom Vortag da sein, wird schnell noch Reis gekocht: Die doppelte Menge Wasser (also etwa 600 ml) aufkochen, ganz leicht salzen, Reis reingeben, einmal aufkochen und bei kleinster Hitze zugedeckt in etwa 25 Minuten gar kochen. Mit der Gabel auflockern und abkühlen lassen.

2. Den Ingwer schälen und fein hacken. Mit Chilipulver in einem Schälchen mit 3 EL Wasser verrühren. In einer großen, beschichteten Pfanne 3 EL Ghee oder Öl heiß werden lassen. Kreuzkümmel und Nelken reingeben und bei mittlerer Hitze anrösten, bis es leicht knistert. Dann Chili-Ingwer-Wasser dazugeben und sofort den Reis hinterher. Schnell durchrühren und bei kleiner Hitze 2-3 Minuten unter Rühren braten. Salzen und sobald der Reis richtig heiß ist, vom Herd nehmen.

3. Übriges Ghee oder Öl in einer zweiten Pfanne heiß werden lassen und darin vier Spiegeleier braten, salzen. Sobald die Eier fertig sind, Reis mit 2 EL Koriandergrün mischen, auf Teller verteilen und je ein Ei draufgeben. Mit übrigem Koriandergrün bestreuen und gleich essen.