

Rezept

## Gewürzreis mit Erbsen

Ein Rezept von Gewürzreis mit Erbsen, am 04.10.2023

### Zutaten

<b>400 g</b> Basmatireis	<b>3 EL</b> Öl oder Ghee
<b>4</b> grüne Kardamomkapseln	<b>1</b> braune Kardamomkapsel
<b>5</b> Nelken	<b>1 Stange</b> Zimt
<b>1</b> Lorbeerblatt	<b>100 g</b> TK-Erbsen
Salz	<b>1</b> große Zwiebel

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

### Zubereitung

1. Reis 30 Min. in Wasser einweichen. In ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
- 
2. Die Hälfte Öl oder Ghee in einem Topf erhitzen, darin die Gewürze unter Rühren 1-2 Min. anrösten. Reis dazugeben und unter Rühren 3 Min. mitbraten. Erbsen und 800 ml Wasser zugeben, salzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze in 20-25 Min. garen. Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Im übrigen Öl oder Ghee braun braten, mit dem Reis mischen. Schmeckt mit einer Raita als Hauptgericht für 4 oder als Beilagenreis für 6.