

Rezept

Orientalischer Möhren-Reis-Topf

Ein Rezept von Orientalischer Möhren-Reis-Topf, am 09.06.2026

Zutaten

300 g Reis	4 dicke Möhren
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	300 g Rinderhackfleisch
1/2 TL Kurkumapulver	1/4 TL Chilipulver
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	3/4 TL Garam Masala
Salz	2 EL Tomatenmark
3 EL Butter	3 EL Mandelsplitter
3 EL Rosinen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal

Zubereitung

1. Den Reis in einem Sieb kalt abbrausen und abtropfen lassen. Möhren schälen, putzen und in 5 cm lange Stücke schneiden. Diese längs in dünne Scheiben, dann in dünne Stifte schneiden (dazu die Scheiben aufeinanderlegen). Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, den Reis darin bei mittlerer Hitze 8 Min. sprudelnd kochen. In ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Inzwischen Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten. Hackfleisch dazugeben, mit Gewürzen und Salz würzen und bei mittlerer Hitze unter Rühren krümelig braun braten. Tomatenmark und 2-3 EL Wasser unterrühren, 2 Min. rührbraten. Das Fleisch herausnehmen. Butter in der Pfanne zerlassen, Mandelsplitter darin hellbraun rösten. Rosinen und Möhren dazugeben und unter Rühren 3 Min. braten. Den Reis-Topf salzen und vom Herd nehmen.
3. 80 ml Wasser in den Reistopf geben und die Hälfte Reis einfüllen. Darauf Hackfleisch, Möhren und die zweite Hälfte Reis schichten. Ein sauberes Handtuch um den Topfdeckel schlagen und den Deckel fest auflegen, damit kein Dampf entweicht. So den Reis bei ganz schwacher Hitze zugedeckt in 40 Min. garen.