

Rezept

Persischer Möhrenreis

Ein Rezept von Persischer Möhrenreis, am 09.06.2026

Zutaten

500 g Möhren	je 75 g Rosinen und getrocknete Berberitzen (ersatzweise Sauerkirschen)
1 Zwiebel	350 g Basmatireis
Salz	5 EL Butterschmalz
100 g Mandelstifte	Pfeffer
1/4 TL Safranfäden	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren waschen, schälen und in dünne, 4 cm lange Stifte schneiden. Rosinen und Berberitzen mit heißem Wasser übergießen. Die Zwiebel schälen und würfeln.

2. Den Reis in einem Sieb kalt abbrausen, anschließend in ausreichend Salzwasser 6-8 Min. sprudelnd kochen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.

3. Die Zwiebel in einer Pfanne in 1 EL Butterschmalz glasig dünsten. Möhren und Mandeln zugeben und unter Rühren 5 Min. dünsten, kräftig salzen und pfeffern. Rosinen und Berberitzen abgießen, mit den Möhren mischen.

4. Safran in 80 ml heißes Wasser einrühren. Übriges Schmalz in einem Topf erhitzen, Safranwasser zugeben. Die Hälfte Reis darauf verteilen, Möhren darüber geben und mit übrigem Reis abdecken. Ein Küchentuch um den Topfdeckel schlagen, Deckel dicht auf den Topf legen. Reis zugedeckt bei ganz schwacher Hitze 45-50 Min. garen. Den fertigen Reis vor dem Servieren mischen.