

Rezept

# Pilav mit Kürbis-Kastanien-Ragout

Ein Rezept von Pilav mit Kürbis-Kastanien-Ragout, am 09.06.2026

## Zutaten

### Für den Pilav:

**1 EL** Butter

**200 g** Langkornreis

**3 EL** Arpa Şehriye (türkische reisähnliche Körner aus Hartweizengrieß; ersatzweise griechische Kritharaki oder italienische Risoni)

### Für das Ragout:

**1** Zwiebel

**1 Stück** frischer Ingwer (walnussgroß)

**1 Bund** Schnittlauch

**3 Zweige** Thymian

**400 g** Hokkaidokürbis (entkernt gewogen)

**200 g** Champignons

**5 EL** Olivenöl

**250 ml** Gemüsebrühe

**2** Knoblauchzehen

**1 Bund** Petersilie

**1 Bund** Koriandergrün

$\frac{1}{2}$  rote Peperoni

**250 g** Süßkartoffel

**200 g** gegarte Maronen (aus der Folienpackung)

**1** Lorbeerblatt

**100 g** Sahne

### Außerdem:

Salz

gemahlener schwarzer Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

## Zubereitung

1. Für den Pilav die Butter in einem Topf erhitzen. Die Şehriye-Nudeln darin in ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Den Reis zugeben und für 1-2 Min. mitrösten. Sobald er glasig aussieht, 400 ml Wasser angießen, salzen und alles einmal aufkochen lassen. Den Pilav zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Min. garen, bis der Reis das Wasser aufgesogen hat. Falls der Reis dann noch nicht ganz weich ist, etwas Wasser nachgießen.
2. In der Zwischenzeit für das Ragout Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und würfeln. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von Petersilie und Koriander abzupfen (gehackt werden sie erst später). 5 Petersilienstängel jetzt schon hacken. Die Thymianblättchen ebenfalls abzupfen. Die Peperoni putzen, waschen und ohne Samen fein schneiden. Den Kürbis waschen und putzen; die Süßkartoffel schälen und beides 1,5 cm groß würfeln. Die Champignons putzen, trocken abreiben und vierteln. Die Maronen ebenfalls vierteln.

3. In einer kleinen Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, die Pilze darin 2-3 Min. bei starker Hitze anbraten und beiseitestellen.

---

4. In einer hohen Pfanne oder einem weiten Topf die übrigen 3 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer darin mit Peperoni, gehackten Petersilienstängeln, Lorbeerblatt und Thymianblättchen ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze anschwitzen. Maronen, Kürbis und Süßkartoffeln zugeben und weitere 4 Min. mitdünsten. Die Brühe angießen, alles salzen und pfeffern und das Gemüse zugedeckt in 5-8 Min. weich garen.

---

5. Zum Schluss die gebratenen Pilze und die Sahne zufügen. Alles noch einmal kurz aufkochen. Petersilien- und Korianderblättchen hacken, Schnittlauch in Röllchen schneiden und die Kräuter unterrühren. Das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse mit dem Pilav servieren.