



Gruppe 2: Sona / Elena – Reis einmal anders

Reissalat nach südafrikanischer Art

Zutaten:

- 250g gekochter Reis
- Salz
- 1 rote Paprikaschote
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 kleine Zwiebel
- 50g Rosinen
- 100g Joghurt
- 100g Mayonnaise
- Melissenblatt



Zubereitung:

1. Den Reis in reichlich Salzwasser ca. 20 Minuten bissfest kochen. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und die Innenhäute entfernen. Die Zwiebel häuten und in sehr kleine Würfel schneiden. Die Rosinen in warmem Wasser einweichen. Alle Zutaten außer Joghurt und Mayonnaise in eine Schüssel geben und gut vermengen.
2. Den Joghurt und die Mayonnaise extra miteinander vermischen, leicht salzen und pfeffern. Die Melissenblätter waschen, trocken schütteln und kleiner zupfen und unter den Salat mengen. Zum Schluss über den Salat gießen, leicht unterrühren und servieren.

Reisbällchen mit Käse

Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel
- 25g Butter
- 150g Reis (Risotto)
- 600ml Gemüsebrühe
- 75g Mozzarella
- 60g Paniermehl
- 1 EL Petersilie, fein gehackt
- Öl



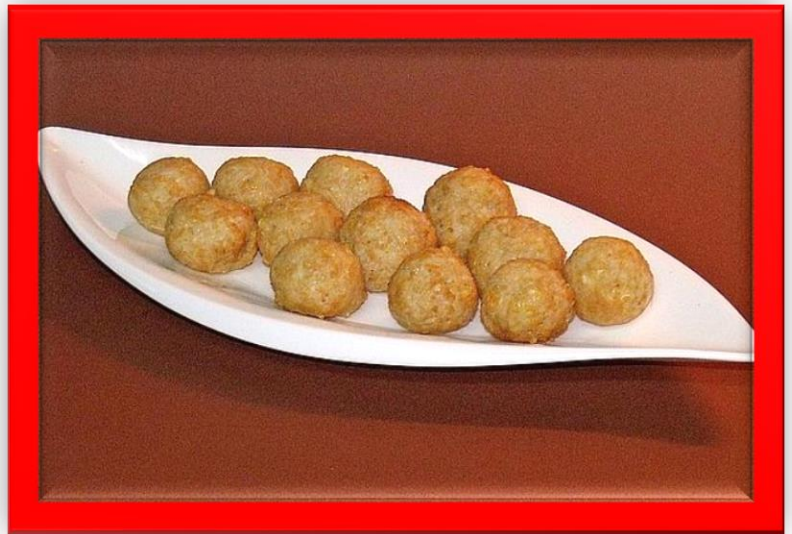
Zubereitung:

1. Zwiebel schälen und fein hacken. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel 1 Minute darin dünsten. Reis zufügen und 1 Minute mitdünsten. Die Brühe zugießen und zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und den Reis zugedeckt 25 Minuten köcheln lassen, bis alle Flüssigkeit aufgesogen ist. 1 oder 2-mal umrühren.
2. Reis von der heißen Herdplatte nehmen und den Parmesan unterrühren. Dann auskühlen lassen. Mozzarella in 20 kleine Würfel schneiden. Aus dem Reis 20 kleine Bällchen formen. In die Mitte eine Mulde drücken und jeweils einen Mozzarellawürfel hineingeben. Mit Reis umhüllen.
3. Paniermehl und Petersilie vermischen. Die Reisbällchen darin wenden und in 190°C heißem Öl portionsweise 2-3 Minuten goldgelb frittieren. Auf Küchenpapier gut abtropfen lassen und heiß servieren.

Reisfrikadellen

Zutaten:

- 2 Tassen/n Reis
- 4 Tassen/n Wasser
- 200g Käse (Edamer, Gouda)
- 2 Eier
- Semmelbrösel oder Mehl
- Salz
- Öl



Zubereitung:

1. Den Reis wie gewohnt kochen (2 Tassen Reis - 4 Tassen Wasser) oder restlichen Reis verwenden.
2. Etwas abkühlen lassen und mit Eiern, Käse und Salz nach Bedarf vermischen. Dann die Semmelbrösel oder das Mehl dazugeben und zwar soviel, dass eine Masse entsteht.
3. Mit einem EL kleine Frikadellen formen und in heißem Fett oder Öl ausbacken. Schmeckt heiß und kalt.

Vegetarische Frikadellen

Zutaten:

- 150g Reis
- 2 Eier
- 2 Möhren
- 2 Zwiebeln
- Semmelbrösel
- Salz
- Pfeffer
- 3 EL Kräuter
- 150g Emmentaler
- 1 L Gemüsebrühe
- Butterschmalz



Zubereitung:

1. Die Brühe aufkochen lassen, den Reis hineingeben und 15 min kochen. Er sollte dann noch etwas "al dente" sein. Den Reis abgießen und abkühlen lassen. Man kann natürlich auch einen Rest vom Vortag nehmen. Dann aber später mit dem Salz nicht sparen. Der Reis sollte schon schön würzig sein.
2. Den Käse raspeln. Die Möhren putzen und raspeln. Ob man Käse und Möhren fein oder grob raspelt, bleibt dem eigenen Gusto überlassen. Die Zwiebeln fein würfeln.
3. Reis, Käse, Möhren, Zwiebeln und Eier miteinander verrühren. Pfeffer (ruhig reichlich), Salz und Kräuter einrühren. Nun Semmelbrösel einrühren, bis die Masse etwas Konsistenz hat. Dann ca. 15 min quellen lassen. Prüfen, ob die Masse unter Druck in den Händen zu einer Frikadelle geformt werden kann. Wenn ja, anschließend noch leicht in Semmelbröseln wälzen.
4. In reichlich Butterschmalz bei geringer Hitze vorsichtig von beiden Seiten goldbraun braten. Nach dem Braten auf Küchenkrepp das Fett abtropfen lassen.

Milchreis

Zutaten:

- 1 L Milch
- 1 Pk Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 250g Reis



Zubereitung:

1. Milch, Salz und Vanillezucker in einem Topf vermengen und bei niedriger Hitze kurz aufkochen lassen.
2. Anschließend den Reis zur Milch hinzufügen und alles nochmal aufkochen lassen. Danach bei niedriger Hitze den Milchreis ca. 20 Min. garen lassen bis der Reis weich ist - stets nebenbei rühren, damit nichts anbrennt.
3. Je nach Geschmack mit Zucker oder Zimt bestreuen und wem fruchtig mag mit Früchten der Saison garnieren.

Süßer Reisauflauf

Zutaten:

- 1 L Milch
- 2 Pk Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 60g Butter
- 70g Zucker
- 4 Eier
- 1 EL Butter (für die Form)
- 250g Reis



Zubereitung:

1. Für den süßen Reisauflauf stellen sie einen großen Topf bereit und heizen sie das Backrohr auf 180 Grad vor. Als zweiter Schritt eine Auflaufform mit weicher Butter ausstreichen.
2. Nun in dem Topf Reis, Milch, Salz, Vanillezucker, Butter und Zucker zum Kochen bringen und aus kleiner Flamme etwa 20 Minuten dünsten. Immer wieder umrühren, da die Masse gerne anbrennt.
3. Eier trennen. Eiweiß in einer Schüssel steif schlagen, Eigelb unter den Reis rühren. Eischnee anschließend vorsichtig unterheben.
4. Die Masse in die vorbereitete Auflaufform füllen und im Backrohr etwa 45 Minuten backen.