

Reis mit Rindsfilet und vielen Gewürzen *Exquisite Gaumenfreuden!*

La Mise en Place:

1 Zwiebel, 1 Bund Petersilie, 1 Zweiglein Minze, 1 rote Peperoni, 250 g Rindsfilet, 150 g weisser Reis, 4 dl Bouillon, 1 Hdv. Rosinen, Olivenöl, 2 EL Pinienkerne, 1 TL Zimt, 2 TL Koriander, 2 TL Kardamom, 1 Prise Nelke, 1 Msp. Cayenne, 1 dl Bouillon

Die Vorbereitung:

Zwiebel, Petersilie und Minze fein hacken. Peperoni in Würfelchen schneiden. Rindsfilet in Scheiben schneiden.

Die Zubereitung am Herd:

Reis in der Bouillon in knapp 18 Minuten al dente kochen. Nach der Hälfte der Kochzeit die Rosinen begeben.

Im Bräter Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin schön anbraten. Herausnehmen. In der gleichen Pfanne Pinienkerne, Zwiebel und Peperoniwürfelchen unter Wenden drei Minuten dünsten. Zimt, Koriander, Kardamom, Nelke und Cayenne beifügen, die Bouillon angiesen und aufkochen.

Die Vollendung:

Den Reis dazu geben und gut erhitzen. Das Fleisch wieder zufügen und mit Petersilie und Minze bestreuen.

