

## Biryani

Zubereitungszeit ca. 35 Min.

### Bratbutter zum Anbraten

**2 grosse Zwiebeln**, in Ringen

**2 Knoblauchzehen**, gepresst

**1 Teelöffel Garam Masala**  
(siehe Hinweise)

**5 grüne Kardamomkapseln**,  
nur ausgelöste Samen

**1 Teelöffel Chilipulver**

$\frac{1}{2}$  **Teelöffel Kreuzkümmelpulver**

$\frac{1}{2}$  **Teelöffel Nelkenpulver**

**500 g Kürbis**, in Würfeli (z. B. Knirps)

**1 dl Wasser**

**2 EL Zitronensaft**

**100 g tiefgekühlte Erbsen**, angetaut

$\frac{1}{2}$  **Teelöffel Salz**, wenig Pfeffer

**200 g Basmatireis**, gut gewaschen,  
abgetropft

**3½ dl Wasser**

$\frac{1}{2}$  **Teelöffel Salz**

**1 Zimtstange**

**1 Briefchen Safran**

**1 Lorbeerblatt**

**50 g Cashewnüsse**, geröstet

**30 g Sultaninen**

- Butter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Zwiebeln, Knoblauch und alle Zutaten bis und mit Nelkenpulver in derselben Pfanne rösten, herausnehmen.
- Evtl. nochmals ein wenig Butter in die Pfanne geben, Kürbiswürfel anbraten. Gewürze wieder begeben. Wasser und Zitronensaft dazugiessen, zugedeckt weichdämpfen. Erbsen und Kardamom begeben, Flüssigkeit offen einkochen, würzen.

- Reis und alle Zutaten bis und mit Salz zusammen aufkochen, zudecken, auf ausgeschalteter Platte ca. 20 Minuten quellen lassen, dabei Deckel nie abheben. Lorbeerblatt und Zimtstange entfernen. Reis mit einer Gabel lockern. Gemüse und Zwiebeln darunter mischen.

- Cashewnüsse und Sultaninen darüber streuen, sofort servieren.

**Hinweise:** Garam Masala ist eine nordindische Gewürzmischung, die auch bei uns recht bekannt ist. Erhältlich in grösseren Coop Supermärkten und indischen Spezialitätenläden. Eine Gewürzmischung für indische Currys wird allgemein Masala genannt. Sie ist nicht zu vergleichen mit dem hiesigen Currypulver, welches in Indien unbekannt ist.



## Joghurt

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Ruhen lassen: ca. 12 Std.

Kühl stellen: 6–8 Std., für 4 Gläser mit Deckel von je ca. 2 dl

**5 dl Vollmilch** (pasteurisiert)

**2 EL Joghurt nature** (z. B. Toni)

Milch in einer Pfanne warm werden lassen, in einen Messbecher giessen. Ein geeignetes Thermometer in den Messbecher stellen, Milch auf 42 Grad abkühlen. Joghurt begeben, mit einem Schwingsbesen gut verrühren, in die Gläser abfüllen. Gläser gut verschliessen, mit Wollschal oder dicken Tüchern gut umwickeln und in eine Form oder auf ein Holzbrett stellen. Bei Raumtemperatur ca. 12 Std. oder über Nacht ruhen lassen, anschliessend 6–8 Std. im Kühlschrank fest werden lassen.

