



Persischer Pilaw mit Maronen

2 Portionen

Zutaten

200 g gekochte Kichererbsen	1 Zimtstange
50 g getrocknete Datteln ohne Stein	300 ml Gemüsebrühe
150 g Basmati-Reis	150 g gegarte Maronen (vakuumverpackt oder frisch in Salzwasser gekocht und geschält)
1 Zwiebel	1 EL Zitronensaft
1 EL Butter	
1 rote Paprika	
0,1 g Safranfäden	
1 EL Garam Masala	
1 Lorbeerblatt	

Zubereitung

Die Kichererbsen in ein Sieb abschütten, unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die Datteln klein schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Paprika waschen, längs halbieren, die Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Die Maronen grob würfeln.

Die Butter in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebeln darin andünsten. Die Paprika, Zimtstange, Safranfäden, Lorbeerblatt und 1 EL Garam Masala hinzugeben und kurz andünsten. Dann den Reis hinzugeben und ebenfalls dünsten, bis die Gewürze anfangen zu duften. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel 10 Minuten kochen lassen. Anschließend die Kichererbsen, Maronen und die Datteln hinzugeben und bei geschlossenem Deckel und kleiner Hitze weitere 10 Minuten garen.

Pilaw portionsweise in Schüsseln verteilen und servieren. Dazu passt ein Minz-Joghurt-Dip.