



Kürbis-Riz-Casimir

300 g	Basmatireis
4 $\frac{1}{2}$ dl	Wasser
$\frac{1}{2}$ TL	Salz
50 g	Haselnüsse
600 g	Kürbis (z.B. Butternut)
2 EL	Butter
1 $\frac{1}{2}$ EL	mildes Curry (ca. 7g)
250 g	kernlose Trauben
1 dl	Wasser
4 dl	Halbrahm
1 TL	Salz
1 Bd.	Schnittlauch
180 g	Joghurt nature



Reis kalt abspülen, gut abtropfen, mit dem Wasser und dem Salz aufkochen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. quellen lassen. Haselnüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen. Kürbis in ca. 1 $\frac{1}{2}$ cm grosse Würfel schneiden. Kürbis in der warmen Butter ca. 5 Min. dämpfen. Curry und Trauben begeben, ca. 2 Min. mitdämpfen. Wasser und Rahm dazugiessen, ca. 5 Min. köcheln, salzen. Nüsse unter den Reis mischen und mit Kürbis auf Teller anrichten. Schnittlauch fein schneiden, mit dem Joghurt darauf verteilen.

En Guetä

BEWA
Küchen