Granatapfelreis
Arroz con granadas

Arroz con granadas ist ein mexikanisches Reisgericht, das mit Granatapfelkernen zubereitet wird. Es ist eine interessante Kombination aus herzhaftem Reis und der süß-säuerlichen Note der Granatapfelkerne. Die Hauptzutaten sind Langkornreis, Hühnerbrühe, Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten und natürlich Granatapfelkerne.
Die Zubereitung beginnt mit dem Anbraten von Zwiebeln und Knoblauch in Öl, bevor der Reis hinzugefügt und kurz mitgebraten wird. Anschließend wird der Reis mit Hühnerbrühe und Tomaten gekocht, bis er gar ist. Zum Schluss werden die Granatapfelkerne untergehoben, was dem Gericht eine frische und fruchtige Note verleiht.

Herkunft: Mexiko
Kategorie: Beilagen, Reisgerichte

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

300 g Fleischtomaten
500 ml Hühnerbrühe
1 Zwiebel(n)
3 EL Öl
2 Zehen(n) Knoblauch
100 g Langkornreis
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer schwarz, frisch gemahlen
1 Granatapfel
1 Banane(n)
½ Zitrone(n) ausgepresst
1 Zweig(e) Koriander

Zubereitung

Die Fleischtomaten überbrühen, häuten, quer halbieren, entkernen und vom Stielansatz befreien. Das Fruchtfleisch fein hacken. Die Hühnerbrühe aufkochen, die Tomatenstückchen hinzufügen und mitköcheln. Inzwischen die Zwiebel schälen, fein hacken und in einem Topf im heißen Öl bei schwacher Hitze glasig dünsten. Den Knoblauch schälen, fein hacken und dazugeben. Den Reis einstreuen und umrühren, bis alle Körnchen von einem Ölfilm überzogen sind. Mit der Hühner-Tomaten-Brühe aufgießen, salzen, pfeffern und zugedeckt bei schwacher Hitze in 20-25 Minuten ausquellen lassen. Inzwischen den Granatapfel quer halbieren und die Kerne herauslösen. Die Banane schälen, in Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Den Koriander abspülen, trockenschütteln und Blättchen abzupfen. Die Granatapfelkerne und zwei Drittel der Bananenscheiben unter den fertigen Reis heben. Mit Korianderblättchen und den restlichen Bananenscheiben garnieren.

© 2026 coquina.de