

Basmatireistopf

Zutaten (für 4 Personen)

2 EL	Olivenöl
1 EL	fein gehackte Schalotte
1	fein gehackte Knoblauchzehne
2 EL	Vadouvan
200 g	vollreife Tomaten
250 g	Basmatireis
625 ml	Geflügelbrühe
1 TL	Kurkuma
	Natursalz
1 TL	Niora
½ TL	Schwarzkümmel
2 EL	Joghurt (10% Fett)

Scampi:

4	Scampi (mind. 300g)
50 g	Amaranth*
	Natursalz
1 EL	Olivenöl
60 g	Butter
3	trockene, fein geschnittene Thai-Chilis

In einem Guss Topf mit passendem Deckel das Olivenöl erhitzen, gehackte Schalotten und Knoblauch zugeben und glasig dünsten. Vadouvan hinzufügen und mit anschwitzen. Die gewaschenen Tomaten vom Strunk befreien und in große Würfel schneiden. In den Topf geben und weich dünsten. Den Reis zugeben und etwa 5 Minuten mitbraten. Mit Brühe aufgießen, Kurkuma zugeben, umrühren und mit Salz abschmecken. Zum Kochen bringen, Niora und Schwarzkümmel einstreuen und nicht mehr umrühren. Den Deckel aufsetzen und bei 200°C für exakt 15 Minuten in den Ofen schieben. Herausnehmen und mindestens 1 Minute bei geschlossenem Deckel stehen lassen.

Die Scampi ausbrechen: mit Daumen und Zeigefinger die Schale vom Schwanz bis zur Schwanzflosse entfernen. Mit einem kleinen scharfen Messer die Haut am Rücken dünn aufschneiden und den schwarzen Darm sorgfältig entfernen. Eine Pfanne so stark erhitzen, dass sie kurz vorm Rauchen ist. Den Amaranth auf einmal einstreuen. Wie beim Popcorn dehnen sich die Körnchen in der Hitze aus und platzen. Die Amaranthsaat durch stetes Schütteln der Pfanne bewegen. Die Körnchen dürfen nicht zu stark rösten, weil sie sonst bitter werden. Auf einen Teller schütten, damit sie nicht weiter rösten.

Die Scampi salzen und nur die Schwänze von beiden Seiten in der Amaranthsaat wenden. In einer Pfanne das Olivenöl nicht zu sehr erhitzen. Die Scampi einlegen und anbraten, ohne dass sie Farbe annehmen: 1 Minute auf einer Seite braten und wenden. Die Butter und die fein geschnittenen Chilis zugeben und mit dieser aufschäumenden Chilibutter 2-3 Mal übergießen.

Den Topf mit dem Basmatireis öffnen, die Scampe drauf setzen und mit der Bratbutter übergießen. 2 große Löffel Joghurt darüber geben und so servieren. Am Tisch die Scampi auf einen Teller legen. Den Joghurt mit einem Löffel locker unter den Reis mischen. Den Reis auf heiße Teller verteilen und je einen Scampo obenauf platzieren.

*Amaranth ist ein hirseähnliches Lebensmittel. Sie erhalten es in gut sortierten Lebensmittel- oder Naturkostläden.