

Reisfleisch

von der ‚Labonca Fledermaus‘ mit Rote-Rüben-Salat

BIOHOF
Labonca

www.labonca.at



So geht's:

Reisfleisch - mit frisch geriebenem Parmesan drauf und ordentlich Tomatenmark drin ist ja einfach eine absolute Köstlichkeit...

Als Salat kam diesmal ein ‚Rote Rüben‘-Salat auf den Teller... wir finden, es hat wunderbar harmoniert.

Zuerst den Speck in Streifen schneiden. Einen großen Topf ohne Öl erhitzen und darin den Speck langsam auslassen. Währenddessen kann man den Zwiebel schälen und kleinwürfelig schneiden. Danach dazugeben und im bereits vorhandenen Öl vom Speck glasig anlassen.

Übrigens: Ich habe gelben (weißen) und auch roten Zwiebel genommen - der hat einen leicht süßen Geschmack und gibt dem Reisfleisch eine besondere Note, finde ich...

Dann das Fleisch in kleinere Stücke schneiden und zum Speck und den Zwiebeln geben. Alles gut vermischen und weiterrösten lassen. Nun kommen die Gewürze dazu: Reichlich Kümmel (ganz) und Paprika bzw. eine Gulasch Gewürzmischung und Salz dazugeben. Ich habe diesmal was Neues probiert: von der Firma ‚Sonnentor‘, die ich ganz gern mag. In dem ‚Laszlo‘-Gulaschgewürz ist vorrangig Paprika drinnen. Hat man so eine Gewürzmischung nicht, dann einfach edelsüßen Paprika nehmen.

Alles gut vermischen und zum Schluss noch drei, vier Knoblauchzehen reindrücken und ordentlich Tomatenmark dazugeben.

Nun den Reis untermischen und die doppelte Menge Wasser dazu. Gut verrühren und kurz aufkochen lassen.

Danach - ich mach das seit neuestem immer so, weils nicht anbrennen kann: Ins Backrohr damit! Bei 160 Grad für 45 Minuten zugedeckt garen lassen. Ich finde das sehr entspannt, weil man nicht aufpassen muss, dass sich am Topfboden etwas ansetzt und außerdem kann man in der Zwischenzeit ‚klar Schiff‘ machen und den Tisch decken.

Zehn Minuten vor Ende der Garzeit die Teller zum Aufwärmen ins Backrohr schieben. Rote Rüben Salat vorbereiten (ich habe den gekauften mit etwas Balsamico-Essig aufgepeppt...) und das Reisfleisch mit Servierringen am Teller servieren. Mahlzeit!

Eine genaue Kochanleitung und viel Fotos vom ‚Making of‘ gibt's auf www.warmekueche.at!

Die Zutaten:

500g Labonca - Schweinefleisch von der Schulter oder (wie ich hier): Fledermaus, auch mit Karee möglich!

100g Bauchspeck

3 Zwiebeln (2 x weiss, 1 x rot)

Tomatenmark

300g Langkornreis

Paprika, edelsüß (oder Gulasch-Mischung von Sonnentor)

Pfeffer, frisch gerieben

Meersalz

2 Esslöffel Kümmel, ganz

Rote Rüben Salat aus dem Glas

evtl. Balsamico-Essig zum Verfeinern

