



Kokos - Reis

Zutaten: (als Beilage für 4 Personen)

- 2 EL Kokosnussöl VCO
- 2 EL Rohrzucker
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 380 g Basmati oder Ihre Lieblingsreissorte
- ¼ TL Salz
- 1 l Wasser

Zubereitung:

Öl und Zucker im Topf erhitzen, nach kurzer Zeit Knoblauch dazugeben, alles gut rühren, bis der Zucker geschmolzen ist, dann Wasser, Reis und Salz zugeben, langsam zum Kochen bringen und bei geöffnetem Topf ca. 15 Minuten gar kochen.

Vor dem Servieren noch 5 Minuten in geschlossenem Topf ruhen lassen.

Variante: Langkornreis in Kokosöl andünsten, 100g Kokosraspel unterheben, mit Salz und Muskat würzen und mit Wasser aufgiessen. Bei geschlossenem Deckel leicht kochen. Zum Schluss eine Chilischote, Zuckermais und eine klein gewürfelte Mango unterheben.

Guten Appetit!