

IRAN

ZERESHK POLO



45

Min.



4

Pers.

Zutaten:

150 g Berberitzen

100 g Mandelstifte oder Pistazien

1 Zitrone (Schale und Saft)

2 mittelgroße Möhren,

in lange, dünne Streifen geschnitten (ca. 0,5 cm)

1 große Zwiebel, gehackt

250 g Basmatireis

ca. 500 g Joghurt

ca. 750 g Hähnchenschenkel

oder Hähnchenbrust

Safran, Salz, Pfeffer, Zucker, Kurkuma

Dickmilch oder Joghurt nach Bedarf

Butterschmalz





Zubereitung:

- Hähnchenfleisch an der Oberfläche mit scharfem Messer fein einritzen.
- Reichlich Joghurt mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Kurkuma zu einer Marinade anrühren, das Hähnchen darin 24 Stunden einlegen. Safran im Mörser fein mahlen und mit wenig heißem Wasser ziehen lassen.
- Reis in einem großen Topf mit reichlich Wasser, Salz und Butterschmalz so lange kochen, bis der Reis körnig wird. In einem Sieb abtropfen lassen.
- Hähnchen aus Marinade nehmen und abtupfen. Grillen oder im Backofen garen.
- Zwiebel in Butterschmalz goldbraun anbraten. Mandeln, Möhren, Zitronenschale und Berberitzen zugeben und mit wenig Wasser 5 Min. köcheln lassen.
- Butterschmalz in großem Topf schmelzen und darin Reis und Gemüse abwechselnd schichten. Deckel auflegen und mit Küchentuch abdichten. Auf niedrigster Stufe ca. 30 - 45 Min. ziehen lassen.
- Etwas Reis mit Safran-Mischung verrühren und dekorativ beim Anrichten auf dem übrigen Reis verteilen. Das Gericht wird mit Naturjoghurt serviert.