

Gebratener Reis – Khao Phad

(Rezept für 4 Personen)

120 g Pouletbrust in feinen Scheiben
3 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 Zwiebel, fein geschnitten
400 g gekochter Jasminreis
10 ml Öl
Wenig Sojasauce
Salz, Pfeffer aus der Mühle
4 Frühlingszwiebeln
4 Eier

Für Prik Nam Pla

1 Chili, feingeschnitten
1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
20 ml Fischesauce
15 ml Limettensaft

Die Pouletstücke im heissen Öl anbraten, bis sie gar sind. An den Rand der Pfanne schieben, Zwiebeln und Knoblauch beifügen und kurz anziehen (ohne Farbe). Träufelt 1 EL Öl hinein und gebt die verquirlten Eier in den Wok (Pfanne). Lasst alles einige Sekunden ruhen. Dann die Eier verrühren wie ein Rührei. Den gekochten Reis begeben. Mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles etwa 2 Minuten lang unter Rühren braten oder bis die restlichen Zutaten gut vermischt sind. Frühlingszwiebeln hinzufügen und alles weitere 1–2 Minuten gut vermengen. Vom Herd nehmen und auf einen Servierteller geben.

Tipp: Ihr könnt auch kleine Würfel Karotten, Mais, grüne Erbsen usw. hinzufügen. Verwendet keinen frisch gekochten Reis, da dieser beim Braten matschig werden kann. Das Rezept kann auch mit Garnelen, Hackfleisch oder Tofu zubereitet werden.

Mit Gurke, Limettenspalten und Koriander garnieren. Die Prik Nam Pla Sauce separat dazu servieren.