

Türkischer Pilaw mit Ziegenfilet und Knoblauch-Joghurt-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2021/07/20/tuerkischer-pilaw-mit-ziegenfilet-und-knoblauch-joghurt-sauce

Zutaten für 2 Personen

Für den Pilaw:

- 200 g Langkorn-Reis
- 50 g Rosinen
- 1 Zwiebel
- 3 cm Ingwer
- 1 EL Butter
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Ziegenfilets:

- 4 Ziegenfilets
- 1 EL Butterschmalz
- 1 Rosmarinzweig
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Sauce:

- 200 g griechischer Natur-Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Für den Pilaw die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Ingwer in Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen. Die Zwiebel- und Ingwerwürfel mit dem Reis darin etwas andünsten. Mit ca. 400 ml stillem Wasser den Reis bedecken, die Rosinen hinzufügen, salzen und pfeffern und etwas gemahlene Kreuzkümmel dazugeben. Den Reis aufkochen lassen, den Deckel auf den Topf geben und den Reis solange ziehen lassen, bis sämtliche Flüssigkeit verkocht ist.

Die Ziegenfilets parieren, waschen, trockentupfen, salzen und pfeffern. Butterschmalz in einer heißen Pfanne zerlassen. Die Ziegenfilets darin kurz scharf anbraten. Dann herausnehmen und mit dem

Rosmarinzweig zum Nachziehen in Alufolie wickeln und darin warmhalten. Aus der Pfanne den größten Teil der Flüssigkeit abgießen und etwas Bratensatz beiseite stellen.

Für die Sauce die Pfanne wieder langsam erhitzen und den Joghurt hineingeben. Den übrigen Bratensatz in den Joghurt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehe abziehen, in feine Scheiben schneiden, zum Joghurt geben und vermengen.

Pilaw und Joghurt-Sauce auf einem Teller anrichten, die Ziegenfilets mit dem Rosmarinzweig dazu geben und servieren.

Rezept: Wolfgang Ruppert

Quelle: Die Küchenschlacht vom 13. Juli 2016

Episode: Reis-Gerichte / Reis, Reis, Baby