

Khao Phad, thailändischer gebratener Reis

Ein thailändischer Klassiker, den man an warmen Stränden oft in einer Ananas serviert bekommt. Frische Ananas wird mit Eiern und Reis gebraten und sorgt für eine gewisse Süße in dem Reisgericht. Für eine leicht karamellige Note, die für Khao phad typisch ist, wird der Reis oft mit Zucker angebraten.

Die Ananas aushöhlen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Zum Servieren beiseitestellen.

Das Öl in einem Wok oder einer großen Pfanne erhitzen. Die Garnelen darin bei starker Hitze 3 Minuten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.

Reis und Zucker in die heiße Pfanne geben und 30 Sekunden unter Rühren anbraten. Ananas, Knoblauch, Zwiebel, Möhre, Spitzkohl und Chili hinzufügen und 30 Sekunden umrühren.

Fischsauce, Koriander und Garnelen hinzufügen. Mit Salz abschmecken.

Mit Erdnüssen bestreuen und mit den Limettenspalten servieren.

4 Portionen

½ frische Ananas

2 EL Rapsöl

12 TK-Riesengarnelen

(z. B. Weißfußgarnelen), aufgetaut,
ohne Schale und entdarnt

640 g gekochter Jasminreis,
1–3 Tage im Kühlschrank gelagert

2 TL Palm- oder brauner Zucker

3 Knoblauchzehen, geschält und
fein gehackt

1 Zwiebel, geschält und fein gehackt

1 Möhre, geschält und in feine
Würfel geschnitten

150 g Spitzkohl, geputzt und in feine
Streifen geschnitten

1–2 rote Chilischoten (z. B. Bird's Eye
für zusätzliche Thai-Schärfe)

3 EL Fischsauce

1 Handvoll gehacktes Koriandergrün

4 EL ungesalzene geröstete Erdnusskerne,
grob gehackt

1 Bio-Limette, in Spalten geschnitten
Salz, zum Abschmecken

