

# Tahdig, persischer Reis mit Kruste

Viele halten Chelo, die persische Art der Reiszubereitung – den Reis erst vorkochen, dann garen, – für ein Geschenk an die Menschheit. Dem stimme ich zu. Der Reis wird wunderbar luftig. Bereitet man das wohl bekannteste Gericht der iranischen Küche, Tahdig, zu, bedient man sich dieser Reiskochmethode. Auf dem Topfboden bildet sich dabei die besondere karamellierte, safran-goldene Reiskruste. Man füllt einen großen Topf mit reichlich Wasser und kocht den Reis etwa 5 Minuten vor, damit sich die Stärke löst. Danach wird der Reis zusammen mit anderen Zutaten ohne viel Flüssigkeit dampfgegart. Ist beim Vorkochen zu wenig Wasser im Topf, bleibt zu viel Stärke in den Körnern zurück und der Reis wird beim Dämpfen nicht so schön luftig.

Die Reiskruste entsteht durch Butter und die richtige Temperatur. Es gibt Tricks, wie sich der Reis beim Stürzen leichter aus dem Topf löst: Man mischt etwas Joghurt unter den Reis, was für einen guten Geschmack sorgt und das Gericht etwas edler macht. Doch die Kruste büßt eventuell etwas von ihrer Knusprigkeit ein. Oder man legt Kartoffelscheiben auf den Topfboden und erhält so eine krosse Kartoffelschicht. Hierbei kommt es jedoch auf die perfekte Stärke der Kartoffelscheiben an. Sind sie zu dünn, verbrennen sie leicht, sind sie zu dick, werden sie nicht weich. In manchen Rezepten legt man Brotstücke auf den Topfboden, die zu knusprigen Croûtons auf dem Reis werden.

Safran ist für Tahdig eine der wichtigen Zutaten. Dafür werden einige der kostbaren Safranfäden in Wasser eingeweicht, damit sich Farbe und Geschmack lösen. Die Basis eines traditionellen Tahdig besteht lediglich aus Reis, Wasser, Safran und Butter. Mir gelingt es am besten, wenn ich alles zu einem Teig verrühre, der dann im Topf knusprig wird.

Tahdig und Shirin Polo.

Gewürzter Reis

