

# Jamie Oliver | Knuspriger Blumenkohl-Reis-Kuchen

---

## Zutaten für 6 Personen:

- 1 Blumenkohl (800 g)
- 2 Zwiebeln
- 1 Becher Basmati-Reis (300 g)
- 3 EL Tikka-Curry-Paste
- 3 frische Chilischoten in verschied. Farben
- 1 Bund Koriandergrün (30 g)
- 6 EL Joghurt
- 6 ungebackene Pappadams
- Olivenöl
- natives Olivenöl extra
- Meersalz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen, fein hacken, mit 1 EL Olivenöl und 1 kleinen Schuss Wasser in eine beschichtete Pfanne (28 cm Durchmesser) geben. Bei mittlerer Hitze 10 Minuten goldgelb anschwitzen. Dabei regelmäßig umrühren.

Den Blumenkohl in 2 cm große Röschen, den Strunk und die schönen Blätter in feine Streifen schneiden. Blumenkohl und Curry-Paste unter die Zwiebeln rühren und 5 Minuten anschwitzen. Den Reis und 2 Becher (600 ml) kochend heißes Wasser dazugeben. Die Chilis einstechen und in die Pfanne legen. Die Pappadams grob in die Pfanne krümeln und einen Großteil des Koriandergrüns hineinzupfen. Gut umrühren, mit Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen und das Ganze zugedeckt bei schwacher bis mäßiger Hitze 15 Minuten garen.

Der Reis sollte jetzt sämtliche Flüssigkeit aufgenommen haben. Den Deckel abnehmen, am Rand rundherum 3 EL Olivenöl in die Pfanne träufeln und den Reis-Kuchen mit einem Kartoffelstampfer sanft andrücken. Die Hitze noch ein wenig herunterstellen und den Kuchen weitere 5 Minuten garen, bis sich am Boden eine leckere braune und knusprige Kruste gebildet hat. Zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen.

Anschließend den Reis-Kuchen mit einem Spatel vom Rand lösen, vorsichtig auf ein Brett oder eine Platte stürzen und mit dem restlichen Koriandergrün garnieren.

Den Joghurt mit schwarzem Pfeffer würzen, mit ein paar Tropfen nativem Olivenöl extra beträufeln und zum Blumenkohl-Reis-Kuchen servieren.

*Rezept: Jamie Oliver*

*Quelle: Jamie Oliver: 7 Mal anders*