

• Arabisches Pilaw

Für 6 Personen

Zutaten:

675g Bulgur oder Couscous	3 EL Pinienkerne
Salz	3 EL Pistazienkerne geschrotet
3 EL geklärte Butter oder Olivenöl	4 ½ EL Mandeln ohne Haut, halbiert
	150g Datteln, entkernt, grob gehackt

Zubereitung:

Einen Topf mit Salzwasser aufkochen, Bulgur hineingeben und 10 Minuten köcheln lassen. Abgießen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne die Butter oder das Olivenöl schmelzen und die Nüsse unterrühren. Wenn sie zu bräunen beginnen, die Datteln zugeben und 1-2 Minuteniterrühren.

3 EL Wasser darüberträufeln, um die Datteln feucht zu halten und sobald es verkocht ist, den Bulgur hineingeben und rasch mit allem vermengen, ohne daß er anhängt.

Würzen, falls nötig und vom Herd nehmen. Mit einem sauberen Tuch und einem Deckel zudecken und 20 Minuten im Dampf lassen. Wenn gewünscht, noch extra ein Stück Butter schmelzen oder etwas natives, intensiv aromatisches Olivenöl zugeben und unterrühren.

Heiß mit Joghurt oder Kebab servieren.