RAZ



Reishunger Allgemeine Zeitung | Ausgabe #11 | NIEDER MIT DEM EINHEITSBREI

MOIN

ACHTUNG! REIS KANN MEHR ALS BEUTELN

An alle, die denken, Reis ist langweilig, pappig und schmeckt nach nichts. Wir von Reishunger haben uns auf die Fahne geschrieben, diesen Unfug zu bekämpfen! Den Einheitsbrei, ohne Biss, fad, verkocht und unaufregend. Wir zeigen dir, dass Reis mehr kann als du bislang angenommen hast!



Wie stellen wir das an? Na, mit dem besten Korn. Gemeint ist das Korn, das mit tausenden Sorten das vielfältigste Grundnahrungsmittel der Erde ist. Mit Reis aus den besten Anbaugebieten der Welt, einer riesigen Produktvielfalt, leckeren Rezepten und jeder Menge Know-How zeigen wir in unserem Onlineshop, dass Reis nicht gleich Reis ist und sich ein mutiger Blick über den Tellerrand immer lohnt.



GUTEN REISHUNGER!

FLURFUNK

Endlich wieder Flurfunk. Langsam, aber sicher sieht man wieder ein paar mehr Gesichter im Büro. Und das Verrückte ist, manche davon hat man noch nie gesehen. Als wir im März 2020 in den ersten Lockdown gegangen sind, waren wir noch um die 35 Mitarbeiter:innen und jetzt sind wir im Büro alleine 75! So viele Vorteile, das Homeoffice manchmal hat, es reicht uns! Wir vermissen den Flurfunk, die Kaffeepausen, das Feierabendbierchen und gemeinsame Meetings in einem Raum. Aber das ist natürlich meckern auf aller höchstem Niveau.

Die RAZ im neuen Glanz. Falls du diese Zeitung heute zum ersten Mal in der Hand hast, sie ist nigelnagelneu! Was haben wir verändert? In der Rezeptwelt findest du in jeder Ausgabe Gerichte speziell für den digitalen Reiskocher. "Der Preis ist Reis" ist unsere neue Kategorie in der du etwas gewinnen kannst – speziell für RAZ-Leser:innen. Last but not least **bissfest**. Die letzten beiden Seiten drehen sich nur um die Nudel.



mehr auf S. 10

NUDELHUNGER? OK … ABER BITTE BISSFEST!

Und manchmal müssen wir den Reis auch einfach Reis sein lassen und unseren Nudelhunger stillen. Äh was? Ja, du liest richtig. Bislang gehörte es bei Reishunger zum guten Ton ein kleines bisschen gegen die Nudel zu wettern – logisch, oder? Aber die Herzen unseres Teams schlagen schon eine ganze Weile nicht mehr in diesem Takt. Wir träumen heimlich von Nudeln … mit besonderer Qualität und großartigem Geschmack! Das Träumen hat mit bissfest ein Ende. Du verstehst nur Sauce? Schau auf Seite 10 vorbei.



NAVACOPAH – UPDATES AUS PALAWAN

Viel Schulmaterial wurde leider durch einen Taifun auf Palawan zerstört. Deine Spende hat dazu beigetragen, dass 48 Kinder mit neuen Heften und Schulmaterial versorgt werden konnten. Danke!

Mehr zum Navacopah e.V.:
reishunger.com/navacopah oder
navacopah.de

BYE BYE FADES PULVER, HALLO KOCHPASTEN

Du hast deine Schublade voll fader Gewürzpulver genauso satt wie das ewige Abschmecken? Kein Problem! Unsere Lösung: Kochpasten – beste Bio-Qualität und 100 % geling sicher.



mehr auf S. 08

HEY DIGI



UNSER KLEINES MULTITALENT

Wir sind stolze Eltern eines Alleskönners. Wir geben gerne mit ihm an und erzählen euch alles von seinen vielen Talenten - auch wenn ihr es nicht hören wollt.

DER MODUS "WHITE"

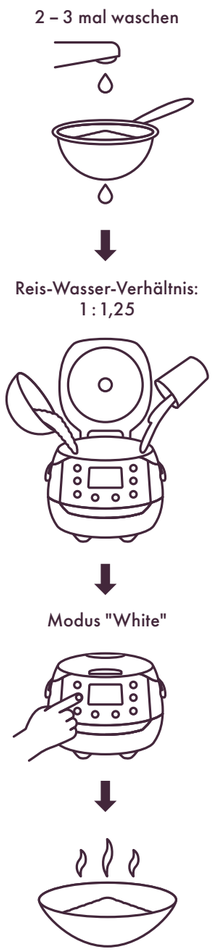
Der "White" Modus ist der perfekte Kochvorgang für weißen Reis, also geschälte Reisssorten. Er durchläuft dabei 7 Kochphasen, in denen der Reis schonend gegart wird.

1 Den Sadri Reis 2 – 3 mal gut durchwaschen, bis die Stärke das Wasser nicht mehr trübt.

2 Nun den Sadri Reis in deinen Digi oder Mini Digi geben und das Reis-Wasser Verhältnis von 1 : 1,25 beachten.

3 Den Deckel schließen und den Kochvorgang im Modus "White" starten. Dazu 2 x die Taste "Modus" und 1 x die Taste "Fine" drücken.

4 Sobald der Digi in den Warmhaltemodus schaltet, ist der Reis fertig.





SADRI REIS LOCKER & AROMATISCH

Die berühmte Reisdelikatesse aus dem Norden des Irans. Sadri Reis duftet wunderbar frisch und hat einen wahnsinnig aromatischen, leicht blumigen Eigengeschmack. Der Sadri Reis passt als Beilage zu Fisch-, Fleisch-, und Gemüsegerichten und ist perfekt für persische Spezialitäten wie Tahdig geeignet.

KORN

- Rundkorn
- Mittelkorn
- Langkorn
- weiß/ geschält
- vollkorn/ ungeschält

AROMA

- Blumig
- Süsslich
- Nussig
- Erdig

REIS : WASSER

- 1 : 1,5
- 1 : 1,25

KONSISTENZ

- Bissig
- Weich
- Locker
- Klebrig

RICE TO KNOW

Das wertvolle und über Jahrhunderte gezüchtete Sadri-Saatgut wird in den begrenzten Reisanbaugebieten der nördlichsten Provinz Irans »Gilan« am Kaspischen Meer angebaut und geerntet. Dort herrschen aufgrund der warmen Sommer und des feuchten Klimas die perfekten Anbaubedingungen für Reis.
»Da meine Eltern aus dem Iran kommen, bin ich mit diesem leckeren Reis aufgewachsen. Zeit den alten pappigen Reis gegen luftig lockeren Sadri einzutauschen!«
- Sohrab, Unternehmensgründer

ONE POT



SPARGEL REIS

2 PORT. | 15 MIN | VV VEGAN | + EASY

Endlich wieder Spargel! Das perfekte Gericht, um die leicht-leckere Jahreszeit einzuläuten. Einfach alle Zutaten in den digitalen Reiskocher geben und nach 20 Min. hast du dieses unbeschreiblich leckere Gericht.

- 160 g Bio Basmati Reis
- 100 g Grüner Spargel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Zwiebel
- 200 ml Olivenöl
- 200 ml Kokosmilch
- 150 ml Gemüsebrühe
- Salz, Peffer & Muskat

TOPPINGS

- 2 EL (veganes) Pesto Verde
- 2 EL Kresse

1 Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden und die Stiele in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauchzehe und Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.

2 Öl in den Topf des Digitalen Reiskochers geben und Spargel hineingeben. "Standard" Modus wählen und für 2 – 3 Min. anschwitzen.

3 Sobald die Zwiebel glasig ist, umrühren und Reis, Kokosmilch und Gemüsebrühe hinzugeben. Mehrmals umrühren, den Deckel schließen und weitere 12 – 15 Min. köcheln lassen.

4 Sobald der Reis gar ist, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und den Reiskocher ausstellen. Das One Pot Gericht mit Pesto vermischen und anschließend mit Kresse genießen.

ZUCCHINI-ERBSEN REIS

2 PORT. | 15 MIN | VV VEGAN | + EASY

Das gleiche in grün? Stimmt. Aber Geschmäcker sind ja zum Glück verschieden. Deshalb hier noch eine kleine, aber feine Abwandlung des sommerlichen One Pot Gerichtes.

- 160 g Bio Basmati Reis
- 100 g Erbsen (TK)
- 1 (kleine) Zucchini
- ½ Zwiebel
- 200 ml Kokosmilch
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Peffer & Muskat

TOPPINGS

- 1 EL Lauchzwiebel
- 2 TL Sesamkörner

1 Zucchini und Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Öl in den Topf des digitalen Reiskochers geben und die Erbsen hineingeben. Standard Modus wählen und für 2 – 3 Min. anschwitzen.

2 Sobald die Zwiebel glasig ist, umrühren und Basmati Reis, Erbsen, Kokosmilch und Gemüsebrühe hinzugeben. Mehrmals umrühren, den Deckel schließen und weitere 12 – 15 Min. köcheln lassen.

3 Sobald der Reis gar ist, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und den Reiskocher ausstellen. Das One Pot Gericht mit frischem Basilikum, Lauchzwiebel-Ringen und weißem Sesam genießen. Guten Reishunger!

RICE & EASY

SUSHI TO GO GLÄSCHEN

4 PORT. | 40 MIN | V VEGGI | + EASY

Geschichtet, nicht gerollt! Ganz nach unserer Devise: Sushi muss nicht kompliziert sein. Bei den Zutaten darfst du natürlich wild experimentieren. Hauptsache dein Sushihunger wird gestillt. Optional mit Fisch ...

150 g Sushi Reis

2,5 TL Reisessig

¾ TL Zucker

½ TL Salz

1 kleine Karotte

3 Radieschen

50g Edamame

1 EL Wasabi

3 EL Cashewmus

Sriracha Mayo

Schwarzer und weißer Sesam

Sushi Reis Gewürz

Lila Kresse

Sojasauce

OPTIONAL

Lachs



1 Sushi Reis gründlich waschen und nach Packungsanleitung zubereiten. Aus Reisessig, Zucker und Salz eine Marinade herstellen, den fertigen Reis damit vorsichtig marinieren.

2 Karotte und Radieschen in feine Streifen schneiden. Für die Wasabicreme Cashewmus und Wasabi mischen.

3 Zutaten im Glas schichten: 2 EL Reis, etwas Sriracha Mayo, Karotte, Sesam. 1-2 EL Reis, Wasabicreme, Edamame. 1-2 EL Reis, Radieschen, Sushi Reis Gewürz, Kresse.

4 Unterwegs mit etwas Sojasauce genießen. Guten Reishunger!

#RICE AND EASY

DU MAGST ES EINFACH?

Du hast Lust auf noch mehr Rezeptinspirationen? Dann schau auf unserem Instagram Account vorbei. Hier findest du auch viele weitere Rice&Easy Rezepte, die deinen Reishunger garantiert stillen.

REIS ≠ REIS

PANDAN PANCAKES

4 PORT. | 40 MIN | VV VEGAN | +++ TRICKY

Pandan trifft auf Kokos – und wird zu einer unwiderstehlich leckeren Süßspeise. Die indonesischen „Dadar Gulung" überzeugen uns durch ihren süßen Kokosgeschmack, die karamellige Füllung aus Kokosraspeln und natürlich auch durch ihre grüne Farbe. Die Pancakes eigenen sich perfekt zum Frühstück, als Nachtisch oder einfach zum Naschen für Zwischendurch.

FÜR DIE KOKOS- EISCREME:

70 ml Kokosmilch

3 Bananen

¼ TL Geriebene Tonkabohnen

FÜR DIE KOKOS-FÜLLUNG:

100 g Kokosraspeln

75 g Bio Kokosblütenzucker

¼ TL Salz

FÜR DIE PANDAN PANCAKES:

500 ml Kokosmilch

100 g Weizenmehl

50 g Weißes Reismehl

25 g Kokosmehl

½ TL Pandan-Extrakt

3 EL Kokoschips, geröstet

2 EL Reissirup

1 TL Kokosöl



*Fotocredit: 3 Needls/Ben Fuchs

REZEPTVIDEO

1 Für die Eiscreme: Banane schälen, in Scheiben schneiden & über Nacht einfrieren.

2 Für die Füllung: Kokosraspeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Kokosblütenzucker, Kokosmilch und Salz hinzugeben und alles unter gelegentlichem Rühren karamellisieren und anschließend abkühlen lassen

3 Die Zutaten für die Pancakes, bis auf Öl und Kokoschips, verrühren. Bei Bedarf etwas mehr Flüssigkeit hinzugeben, bis der Teig die gewünschte Konsistenz hat. Eine Pfanne auf niedriger Stufe erhitzen, etwas Kokosöl darin schmelzen und je 3 EL Teig zu dünnen Pancakes ausbacken. Dabei darauf achten, dass sie nicht zu braun werden.

4 Fertigen Pancake mittig mit je 1 EL Kokos-Füllung bestreuen, Seiten einschlagen und aufrollen. Alle Zutaten für die Eiscreme in einem Hochleistungsmixer cremig pürieren. Fertig sind die indonesischen Pancakes! Nun können sie mit der Kokos-Eiscreme und den Kokoschips serviert werden. Guten Reishunger!



LESLIE'S RICE TO KNOW:

WAS IST PANDAN?

Pandan, auch bekannt als „ostasiatische Vanille", stammt aus Südostasien und ist oft in Form von Pandan-Blättern oder als Pandan Extrakt bekannt. Dabei punktet Pandan besonders durch seinen leicht nussigen und an Vanille erinnernden Geschmack. Das Trend-Food kommt oft in asiatischen Süßspeisen, wie zum Beispiel auch in unseren Pandan Pancakes zum Einsatz.

LIEB'S

UNSER LIEBLING: BASIS KOCHPASTEN

Was zur Hölle sind Basis Kochpasten? Du kannst damit deiner Kreativität freien Lauf lassen. Stell dir eine Leinwand vor, die schon in deiner Grundfarbe vorgestrichen wurde - jetzt musst du nur noch drauf los kochen.

OHNE UNFUG

Neben besten Zutaten aus biologischem Anbau, haben wir natürlich darauf geachtet, dass unsere Kochpasten frei von Geschmacksverstärkern, Zusatz- & Konservierungsstoffen sind. Obendrein sind sie vegan und glutenfrei.

WIE DAS GEHT? GANZ EINFACH

Schnapp dir einfach dein liebstes Gemüse, deinen Lieblingsreis, Reisnudeln, Tofu oder Tempeh und kombiniere beides mit einer der vier Kochpasten als Saucenbasis – wir versprechen der Kochspaß kann beginnen, denn deiner Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt. Nach Belieben kannst du natürlich auch mit Fisch oder Fleisch kombinieren.











OLDIE BUT GOLDIE: BOLOGNESE

Inspiriert von dem italienischen Originalrezept für das würzige Ragu aus Bologna. Hier treffen die leckersten Zutaten in einer Paste aufeinander: Feinstes Oliveöl, fruchtige Tomate, würziger Knoblauch und aromatische Kräuter.



MEDITERRAN: TOMATENREIS

Inspiriert von den würzigen Aromen des Mittelmeerraums: ob Djuvec Reis aus der Balkanregion, Ratatouille aus Südfrankreich oder Tomatensauce für Pizza und Pasta der neapolitanischen Küche.



RETRO: FRIKASSEE

Pulvrige Suppe statt cremiger Sauce? Nicht mit uns! Abtauchen in fein abgeschmeckte Cremigkeit. Aromatischer Pfeffer und Muskat, würzige Zwiebeln und Knoblauch, spritzige Zitrone und feine Kräuter.



FEURIG: CHILI SIN CARNE

Jetzt wird's feurig, fruchtig, vielfältig! Inspiriert von der würzigen Vielfalt Mexicos und ideal für deine liebsten Tex-Mex Klassiker: von feurigem Chili über bunte Bowls bis hin zu würzigen Burritos, knusprige Tacos und vieles mehr.



DER PREIS IST REIS

... ODER ETWAS, DAS MIT REIS ZUTUN HAT.

Alles was du dafür tun musst, ist in dem QR-Code da unten alle "R"s auszumalen. Die "X"e müssen frei bleiben, damit der Code dich auch zu deinem Geschenk bringen kann. Wenn du fertig bist, einfach den QR-Code scannen und dein kleines Geschenk fügt sich automatisch deinem Warenkorb für deine nächste Bestellung hinzu. Magisch! Was es wohl ist?!



1 Verwende einen möglichst dunklen Stift. Bleistift spiegelt im Licht und funktioniert häufig nicht. Schwarze Filzstifte funktionieren super.

2 Keine Angst. Du musst die Kästchen nicht perfekt ausmalen.

3 Falls irgendetwas mit dem QR-Code nicht funtionieren sollte, keine Panik. Mühe wird bei uns belohnt. Schickt uns ein Foto an raz@reishunger.de und wir schicken euch den Code für euer Geschenk.



NUDELHUNGER? OK …
ABER BITTE BISSFEST!

An alle Nudelfans, wir haben uns auf die Suche nach den leckersten Nudeln gemacht: Die Stadt der Pasta? Gefunden! Nudeln zum Schlürfen? Natürlich! Auch bio? Ehrensache! Dürfen wir vorstellen: **bissfest**. Entstanden aus Reishungers Leidenschaft für hochwertige Produkte und besten Geschmack. Ab jetzt kannst du Nudelvielfalt genießen. Natürlich mit allem, was dazu gehört – hier werden keine Kalorien gezählt … versprochen!

NUDELN AUF DEN PUNKT.*

*ÄHRENSACHE

100% ITALIENISCH
WIR WISSEN WIE DAS KLINGT

Aber es stimmt. Nicht nur die Herstellung, sondern auch unser Weizen! Der wächst auf italienischen Feldern und wird in Gragnano, der „Stadt der Pasta", zu bissfest Pasta verarbeitet. Da kannst du uns blind vertrauen … Obwohl, musst du gar nicht: Denn dafür gibt es die Siegel Pasta di Gragnano IGP, die dir versichern, dass unsere Pasta zu 100 % in Italien hergestellt wird. Und nicht nur das: Pasta di Gragnano bedeutet außerdem, dass die bissfest Nudel bei angenehm niedrigen Temperaturen wesentlich mehr Zeit beim Trocknen verbringt – und erhält durch Bronzepressen einen extra rauen Teint, damit deine Lieblingssauce besser haftet!



BISSFEST


*Fotocredit: 3|Media|/Ben Fuchs

AL BRONZO?
RICHTIG OBERFLÄCHLICH!

Anders als die gewöhnliche Industrienudel im Supermarkt, wird unsere Pasta mit Bronzepressen verarbeitet und bekommt dadurch eine ganz besonders raue Struktur. Durch die raue Struktur nimmt deine Lieblingsnudel besonders viel Sauce auf. Da bleibt kein Tropfen Sauce auf dem Teller – ist doch Oberflächensache!

TROCKNUNG? WIR LASSEN UNS RICHTIG VIEL ZEIT …

… bis zu 18 Stunden! Das bewahrt die raue Struktur der Nudeln – für die perfekte Saucenhaftung. Nicht nur langsam, sondern auch besonders schonend wird die bissfest Pasta zwischen 40 und 80 Grad Celsius getrocknet. Extra Plus: mehr Mineralien bleiben erhalten.

IMMER AL DENTE.
GARANTIERT?

Unsere Pasta hat einen besonders hohen Glutengehalt im Weizen. Aber keine Angst – das ist etwas Gutes und ein Qualitätsmerkmal. Denn dadurch gelingt dir deine Pasta immer al dente.

***Neugierig geworden?**
Perfekt, auf reishunger.de/bissfest entdeckst du noch mehr Rezeptideen und Infos zu unserer Pasta!

PENNE RIGATE
Hä? Penne gestreift?
Okay … „rigate" sind die Streifen.*



ARRABBIATA GEWÜRZ
Hä? Scharfe Sache
Großes Kino!*

SCHARFE SACHE
PENNE ALL`ARRABBIATA

Mit fruchtigen Tomaten und feurig-scharfer Chili heizt dir der Sugo-Klassiker ganz schön ein. In unserem Set findest du Penne Rigate, Gewürzmischung und Tomaten Passata für leckere Penne all'Arrabbiata für 4, die super einfach in 15 Minuten zubereitet sind. Scharfe Sache oder einfach nur bissfest?



TOMATEN PASSATA
Hä? Einfach grob passierte Tomaten?
Nein … 100 % italienische!*

NIEDER MIT DEM EINHEITSBREI



klimaneutral gedruckt
www.klima-druck.de
ID-Nr. 21106010
bvdm.

REISHUNGER

REDAKTION: Gresa Rugova, Jana Ottenhausen, Patricia Kircher | **Bildredaktion** Janine Sieg, Nadine Nering | **Rezeptredaktion** Jana Burau, Leslie Breder | **Foto** Jan Seebeck, Daniel Bunn, Tobi Lentz | **Grafik** Riley Jaeger | **Lektorat** Jaqueline Modzel
Reishunger GmbH | Am Waller Freihafen 1 | 28217 Bremen | **reishunger.com**