



Congee mit Toppings: Zwiebel, Fermentiertes Tofu, Kimchi, Olivengemüse, Bohnenpaste ...

Congee

Schleim aus Reis mit Lilienblüten, Ingwer und Pilgermuscheln

Congee (auf Chinesisch auch *Zhōu*, 粥) ist ein Reisbrei, der in ganz Asien, vor allem aber in China gegessen wird – in erster Linie zum Frühstück. Für *Congee* bringt man Reis mit der zehn bis zwölffachen Masse Wasser oder Brühe zum Kochen und lässt ihn dann bei möglichst schwacher Hitze etwa 1½ Stunden (je nach Rezept und Reis auch deutlich länger) garen. Dabei zerfällt der Reis weitgehend und es entsteht ein cremiger Brei oder vielmehr ein Schleim. In China selbst gibt es zahlreiche Varianten, die sich durch den verwendeten Reis, Kochzeit, Würze und so fort unterscheiden. Außerhalb von China wird *Congee* zum Beispiel auch in Japan (*Okay*) Thailand (*Chok*) oder Vietnam (*Sháo*) gegessen. Laut Ken Hom (*Chinesisch kochen*, München, 2003, S. 225) stammt das Wort *congee* aus dem Hindi, was vielleicht auf den Ursprung des Gerichtes hindeutet. *Congee* wird entweder pur oder mit verschiedenen Saucen und

Toppings serviert. Der Brei kann auch eine Süßspeise abgeben, dann wird er mit Bohnen und Zucker oder Sirup vermischt. In der traditionellen chinesischen Medizin ist *Congee* eine traditionelle Krankenkost, oft angereichert mit verschiedenen ‹gesunden› Zutaten.

Das hier vorgestellte Congee mit Lilienblüten und getrockneten Pilgermuscheln wurde mir erstmals im Restaurant Hong xing in Guangzhou serviert. Das Lokal ist eigentlich ein veritabler Meeresfrüchtetempel oder vielmehr ein halber Zoo, schwimmen die ganzen Krabben, Seeohren, Fische, Schildkröten und Kraken doch in großen Glastanks vor den Augen der Gäste auf und ab. Vor allem spät in der Nacht finden sich aber auch viele Hungrige ein, die nur gerade eines der ziemlich günstigen *Congees* bestellen, die auf der Karte in verschiedenen Variationen angeboten werden. In Kanton kocht man den Reis besonders lange in noch mehr Wasser als sonst. Das Resultat ist ein fast völlig strukturloser, weicher und weißer Schleim (*bái zhōu*, 白粥).

Für 4 Personen

80 g polierter Mittelkornreis
 800 ml Wasser
 1 TL Salz
 20 g frischer Ingwer, geputzt, in dünnen Scheiben
 20 g Conpoy (getrocknete Pilgermuscheln), 30 Minuten in 200 ml Wasser eingeweicht
 20 g Lilienblüten, 10 Minuten in heißem Wasser eingeweicht, ausgedrückt, klein geschnitten (Wasser entsorgen)
 10 g Lilienzwiebel
 ~ Sojasauce
 ~ weißer Pfeffer
 ~ gerösteter Sesam
 ~ Sesamöl 4 EL
 ~ chinesische Zwiebel, in Rädchen

Reis (ungewaschen) mit 800 ml Wasser und dem Salz kalt aufstellen, zum Kochen bringen. Die eingeweichten Muscheln mitsamt Einweichwasser, Lilienblüten und Lilienzwiebel begeben. Hitze auf ein Minimum reduzieren und halb zugedeckt 1½–2 Stunden (je nach Reis auch länger) sanft köcheln lassen. *Je nach Topf und Herd muss möglicherweise zusätzliches Wasser beigegeben werden. Gegen Ende der Kochzeit formt sich auf dem Rand der Pfanne eine feine Stärkeschicht, die man regelmäßig in die Masse zurück schaben kann.*

Bei Tisch würzen mit Sojasauce, weißem Pfeffer, geröstetem Sesam, Sesamöl und chinesischen Zwiebeln.