



Ezogelin Pilaf

Ezogelin Pilavi



- 1 vaso de trigo agrietado
- 1 vaso de Orzo
- 1 vaso de arroz
- 1 cucharada de mantequilla
- 6 cucharadas de aceite de girasol
- 1 cebolla, de tamaño medio
- 2 Red Bell Peppers
- 1 vaso de tomate rallado
- 5 vaso de agua o caldo
- 3/4 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de pimienta negro

- # Coloque la mantequilla y el aceite de girasol en el bote, cuando se derrite la mantequilla y se mezcla con el aceite añadir el Orzo en él, asado hasta que se vuelve rojo.
- # Añadir la cebolla picada finamente en él, sofría hasta que se ablanda.
- # Retire las semillas de los pimientos y cortar, y luego añadir en la mezcla.
- # Cuando los cambios de color añadir el lavado y drenaje pero no agua descansado resquebrajado el trigo y el arroz en ella.
- # Después de asar la mezcla durante 5 minutos, añadir el tomate rallado, sal, pimienta y negro en el caldo, cubrir la tapa de la olla.
- # En un primer momento el cocinero pilaf más alto de calor durante 5 minutos y el cocinero que más fuego lento durante 15 minutos. (Total 20 minutos)
- # Y luego una toalla de papel entre la olla y su tapa, y el resto pilaf durante media hora.
- # Revuelva suavemente, y servirla caliente.

Nota: hervidas y recogidos en las piezas de pollo puede ser añadido en el pilaf justo antes de la porción.