



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Tostado pilaf con berenjena

Fırında Patlıcanlı Pilav



2 vaso de arroz  
250 gramos cubos de vacuno  
2 berenjenas medianas  
1 cebolla mediana  
10 cucharadas de aceite vegetal  
1 + 1/2 vaso de tomate rallado  
1 + 1/2 vaso de caldo  
1 + 1/2 cucharadita de sal  
1/2 cucharadita de pimienta negro

# Resto del arroz en agua caliente por media hora, luego lavar con fría demasiada agua. Pelar las berenjenas, descansen en agua salada durante media hora, escurrir, cortarlas en cubos y freír en aceite caliente. Luego ponerlos en una toalla de papel.

# Ponga los vegetales en el bote, lo convierten en caliente. Añadir la cebolla finamente en dados y en él freír hasta que estén más pequeños.

# Luego se agrega el vacuno cubos. Después de la cocción hasta que se evapore el caldo, añadir el arroz en ella. Ase hasta que el arroz se endurece.

# Coloque la mezcla en tamaño medio, resistente al calor bandeja de hornear. Mezclar el tomate rallado, el caldo y la sal en un recipiente profundo y verter esta mezcla sobre la mezcla en la bandeja.

# Cubra la bandeja para hornear con papel de aluminio o la grasa de papel con firmeza. Luego coloca la bandeja en el horno que es calentada a una temperatura de 210 C.

# Alrededor de 30 minutos más tarde, retírelo del horno y comprobar si es o no cocidos. Si no es cocido, horneado, durante unos 5 - 10 minutos más.

# Retire el papel de aluminio sobre la bandeja, a unos 30 minutos después de retirarlo del horno. Revuelva la harina con cuidado y colóquelo en la placa de servicio.

# Servir caliente que.

**Nota:** 1 vaso de maíz enlatados pueden añadirse en el tostado pilaf con berenjena, si lo desea.