



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

---

## Taberna pilaf

Meyhane Pilavi



2 + 1/2 vaso de bulgur, para pilaf  
1 cebolla grande  
250 gramos cubos de cordero  
4 pimientos verdes largo  
2 tomates medianos  
2 zanahorias medianas  
1 cucharada de pasta de tomate  
1 cucharadita de menta seca  
1/2 vaso de aceite vegetal  
4 vaso de caldo  
2 cucharaditas de sal

- # Cortar los cubos en pedazos más pequeños. Ponga el aceite vegetal en una olla y hacerla más caliente de alto calor. A continuación, añada más pequeños cubos de cordero. Revuelva cada cierto tiempo hasta que los cubos de dar su caldo.
- # Mientras tanto, la rodaja de cebolla finamente. Pelar las zanahorias y los dados. Retire las semillas de pimientos verdes, y cortarlas en trozos pequeños.
- # Cuando los cubos de cordero dar su caldo, añadir las zanahorias, cebolla, pimientos verdes largos y pasta de tomate en ella. Asar hasta que la cebolla convertido en piezas más pequeñas.
- # Añadir el tomate en ella. Después de sautéing él por un tiempo, se lavan y añadir bulgur escurrido en el mismo. Asado para unos 1-2 minutos más.
- # A continuación, añada la sal y el caldo en el mismo, cocinar a fuego mediano durante 20 minutos.
- # Coloque una toalla de papel entre la olla y su tapa, el descanso durante 10 minutos de remojo. A continuación, añadir a menta seca inmediatamente y revuelva.
- # Servir caliente que.

**Nota:** No se aconseja para el descanso esta pilaf demasiado largo, ya que se sirve caliente.