



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Les recettes de cuisines

Poireaux à l'Huile d'Olive

Zeytinyağlı Pirasa



1 Kg. de poireau
2 grosse carotte
1 oignon petits
1 tasse à café de riz
½ tasse d'huile d'olive
1 cuillère à café de pâte de tomate
2 morceaux de sucre
1,5 cuillère à thé de sel
Pour plus;
7-8 branches de persil haché

Mettez de l'huile dans une casserole, quand elle chauffe, rajoutez les oignons hachés finement et des carottes coupés en rond. Laissez cuire jusqu'à que les ingrédients ramollissent.

Rajoutez dessus, des poireaux coupé à 2 doigts de largeur.

Écrasez la pâte de tomate dans un verre d'eau, puis versez sur le mélange poireau et enfin rajoutez du riz filtré.

Fermez le couvercle de la casserole, puis laissez cuire pendant 10 minutes. Rajoutez du sel et du sucre.

Laissez cuire encore 20 minutes avec le couvercle fermée, puis retirez du four. Laissez attendre pendant 30 minutes sans ouvrir le couvercle.

Mettez les poireaux à l'huile d'olive, dans l'assiette, puis saupoudrez du persil dessus.

N-B: Pour les plats qui peuvent se consommer le lendemain, à la conservation au réfrigérateur, on remarque que l'huile devient solide, ce cas montre que l'huile d'olives est de qualité.