



Riz De Boulgour Aux Carottes

Havuçlu Bulgur Pilavı



2 tasses de boulgour grossier
1 oignon moyen
2 carottes moyennes
1 tasse de haricots secs
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
1,5 cuillère à thé d'huile de coupe
1 cuillère à café de sel
3,5 tasses d'eau

- # Mouillez les haricots secs dès la veille. Laissez bouillir le lendemain avec la même eau.
- # Hachez finement, les oignons puis coupez les carottes en forme d'allumettes.
- # Mettez de l'huile dans une casserole, quand elle chauffe, rajoutez les oignons puis laissez cuire jusqu'à qu'ils noircissent. Rajoutez les carottes puis laissez cuire jusqu'à qu'elles deviennent molles.
- # Rajoutez de la pâte de tomate et du sel. Mélangez puis rajoutez les haricots secs.
- # Enfin rajoutez le boulgour et 3,5 tasses d'eau puis mélangez. Fermez la casserole, et laissez cuire à basse température pendant 20 minutes puis retirez du feu.
- # Laissez reposer sans ouvrir la casserole pendant 15-20 minutes. Mélangez puis ramenez à table.

N-B; Dans la préparation de ce riz, il n'est pas conseillé de râper les carottes en raison du jus qu'ils va laisser.