



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Pilaf con Melanzana

Patlıcanlı Pilav



2 bicchieri riso  
1 bicchiere olio vegetale  
3 bicchieri l'acque calde  
2 melanzane  
1 cucchiaino di sale  
1 bicchiere olio di fritte

# Riso si pulisce, e si fa aspettare nell'acqua salata per mezz'ora.  
# Le melanzane si sbuciano, prima si fanno aspettare nell'acqua salata per farsi uscire la piccante, poi si fanno uscire dall'acqua e si puliscono si asciugano e si tagliano finemente.  
# Poi le melanzane si arrossiscono nell'olio riscaldato, e poi si fanno mettere sopra la carta.  
# Nella ciotola si mette olio e dopo riscaldato un po si aggiunge riso riposato.  
# Olio e riso si arrossiscono per 4 - 5 minuti.  
# Sopra si svuota 3 bicchieri d'acque calde.  
# Prima sul fuoco alto poi sul fuoco basso si cucina per 17 minuti.  
# Si aggiungono le melanzane arrossite. Si miscelano senza rompersi riso, tra coperchio e ciotola si mette la carta e si lascia a riposare.

**Nota:** Questo pilaf se volendo si può prepararsi con aggiungiamento delle cipolle tagliate finemente.