



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

---

## Pilaf del Buhara

Buhara Pilavi



2 bicchieri riso  
200 gr. carne di agnello dimensioni tagliati dadi  
1,5 bicchieri olio vegetale  
2 carote  
2 cucchiari di mandorle  
3 bicchieri d'acque  
1,5 cucchiaini di sale  
1 cucchiaino di pepenero

# Riso si abbagna nell'acqua salata per mezz'ora.

# Carne si arrossisce con poco olio. Sopra si aggiungono le carote trattugiate si miscelano e poi si toglie dal fuoco.

# Olio che rimasto si mette in un'altra ciotola, dopo che riscaldato per un pò si aggiungono le mandorle sbucite e si arrossiscono.

# Sopra del riso si svuota la miscela preparata con carne e si mescolano bene.

# Si aggiungono 3 bicchieri d'acque, si aggiungono sale e pepenero. Si chiude il coperchio, prima sul fuoco medio poi sul fuoco basso si cucina per 20 minuti.

# Dopo cucinato si mette tovagliolo di carta tra coperchio e ciotola e minimo si lascia a riposare per 20 minuti.

**Nota:** Se volendo le carote trattugiate si possono arrossirsi separatamente e si può aggiungersi dopo aver arrossite.