



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

Pilaf di Ezogelin

Ezogelin Pilavi



1 bulgur per pilaf
1 bicchiere d'orzo
1 bicchiere riso
1 cucchiaino di burro
6 cucchiaini di olio vegetale
1 cipolla media
2 pepe rosso di carne
1 bicchiere di pomodoro grattugiato
5 bicchieri l'acqua o brodo
1,5 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di pepenero

- # Nella pentooa si mettono olio vegetale e burro, dopo aver riscaldato sul fuoco medio si aggiunge orzo e si aarrossiscono.
- # Sopra si aggiungono le cipole tagliate finemente, si mescolano finchè ammorbidiscono.
- # Poi nella miscelata si aggiungono le pepe tagliati in quadrati tolti dai semi.
- # Dopo aver cambiato il colore delle pepe si ggiungono riso e bulgur bagnati.
- # Dopo aver mescolato tutti i materiali per 5 minuti si aggiungono pomodori grattugiati , sale, pepenero e brodo poi si aggiunge il coperchio della pentola.
- # Pilaf prima sul fuoco medio per 5 minuti e poi sul fuoco basso per 15 minuti in totale si cucina per 20 minuti.
- # Poi tra il coperchio e pentoloa si mette la carta e si alascia a riposare per mezz'ora.
- # Si mescola attentamente e si servirsi in caldo.

Nota: Se volendo nella pilaf di ezogelin si può aggiungere la cvarnbe di pollo bollita e tagliata subito prima da servire.