



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

Pilaf Hidrellez

Hidrellez Pilavi



2 bicchieri di bulgur
2 cipolle medie
1 pizzico di zafferano
2 carote
Mezzo cucchiaino di cannella
Mezzo cucchiaino pepe giamaicana
1 cucchiaino di sesamo
1 cucchiaino di peperone
1 cucchiaino di sale
6 cucchiaini di olio vegetale
3,5 bicchieri l'acqua o brodo
Per la sopra;
1 bicchierino di noce pestato

Nella pentola si mette olio vegetale, dopoo aver riscaldato si aggiungono le cipole tagliate finemente.
Dopo aver riscaldata e diventato trasparente le cipoll esi aggiungono le carote tagliate finemnte, si aggiunge bulgur lavato e filtrato e si aggunge anche zafferano.
Poi tutti i materiali si arrossiscono 3 - 4 minuti e poi si aggiungono 3,5 bicchieri d'acqua oppure brodo.
Poi si coperta il coperchio della pentola di pilafe si lascia a cucinare prima sl fuoco medio per 15 minuti .
Dopo aver cucinato nel pilaf si aggiungono sale, peperone, sesamo, pepe di giamaica e cannella , si mescolano bne. Poi si continua a cucinare ancora per 1 - 2 minuti sul fuoco basso.
Pilaf tolto dal fuoco si lasica a riposare per mezz'ora (non serve mettere la carta tra pentola e il coperchio)
Poi si mett enei piatti da servire in caldo e si servirsi insieme mettere sopra con cipolle fresche e con noce pestato.

Nota: Questo pilaf si prepara per festivale di hidrellez che si fa in Anatolia.