



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

---

## Pilaf con Pistacchi

Fistikli Pilav



2 bicchieri di riso  
1 bicchierino di pistacchi  
1 carota  
8 cucchiari di olio vegetale  
1,5 cucchiaini di sale  
3 bicchieri l'acqua o broso

- # Riso si mette nell'acqua calda salata. Si aspetta dentro dell'acqua per mezz'ora. In questo momento interni dei pistacchi si fanno aspettare nell'acqua calda per 4 - 5 minuti . e si levono le sbucie fine.
- # In una ciotola si mette olio vegetale, dopo aver riscaldato si mettono i pistacchi sbuciate e dopo aver arrossito per 1 - 2 minuti si aggiunge la carota grattugiata.
- # Si arrossiscono insieme finchè va via l'iquido di carota. Sopra si aggiungono riso lavato bene e sale . Si arrossiscono finchè riso diventa trasparente.
- # L'ultimamente si aggiungono 3 bicchieri di brodo o l'acqua. Si mescolano bene e poi si coperta il coperchio della pentola.
- # Pilaf prima si cucina sul fuoco medio per 10 minuti e poi sul fuoc basso per 10 minuti in totatle si cucina per 20 minuti. E poi si toglie dal fuoco.
- # Poi subito si metet laa carta tra pentola e coperchio e si lascia riposare minimo per mezz'ora.
- # Nel momento da servirsi la tazza si bagna per un 'pò , poi si rimpisce con pilaf senza rompere con mescolando leggermente con la forchetta . Poi si inverte su una piastar aa piatto.

Nota: 80% per cento dei pistacchi che si consuma nel mondo si produce a Gaziantep in Turchia.