



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

---

## Pilaf di Pub

Meyhane Pilavı



2,5 bicchieri di bulgur per pilaf  
1 cipolla secca grossa  
250 gr. carne tagliato in dado di vitello  
4 pepe italiane  
2 pomodori medie  
2 carote medie  
1 cucchiaino di salsa  
1 cucchiaino di menta secca  
1,5 bicchierini di olio vegetale  
4 bicchieri di brodo  
2 cucchiaini di sale

# Le carne si tagliano ancora e si diventano piccoli ancora. Nella pentola si mette olio vegetale e dopo aver riscaldato si aggiungono le carne tagliata e si si mescola finchè le carne si lasciano liquido se stesso.

# In questo momento si taglia finemente le cipolle e si sbuccia le carote. Si taglia dimensione di dado e poi si levano i semi di pepe, si taglia piccoli.

# Dopo aver lasciato l'acqua la carne, si aggiungono carote cipolla pepe e salsa e si arrossiscono finchè le cipolle si diventano piccoli.

# Sopra si aggiunge il pomodoro e dopo aver mescolato per un pò si aggiunge bulgur lavato e filtrato si arrossiscono insieme per 1 - 2 minuti .

# Poi si aggiunge sale e brodo e si cucina sul fuoco medio per 20 minuti.

# Tra pentola e il coperchio si mette la carta e si lascia a riposare per 10 minuti e dopo si aggiunge la menta secca subito e si mescola di nuovo.

# Si servirsi in caldo.

**Nota:** Questo pilaf si consuma presto e per questo motivo non si prevede di frescarsi tanto.