



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

---

## Pilaf di Hicaz

Hicaz Pilavi



2 bicchieri di riso  
Mezzo bicchiere di yogurt  
1 sbucia di'arancia grattugiata  
1 cucchiaino di burro  
4 cucchiaini d'olio vegetale  
Mezzo cucchiaino di peperone  
1 cucchiaino di sale  
3 bicchieri di brodo  
Per spezzatino;  
Mezzo kg. carne di pecora  
4 cipolle secche  
3 cucchiaini d'olio vegetale  
Mezzo cucchiaino di sale  
1 bicchiere d'acqua calda

# Ceci si bolliscono dalla sera prima e si lavano bene poi si bagnano nell'acqua. Il giorno dopo si cucina insieme con l'acqua di bollimento finché si ammorbidiscono.

# In questo momento si prepara il spezzatino di pilaf. Le cipolle si tagliano in mezzo rotondo e si cucinano nell'olio.

# Sopra si mette la carne e si gira per qualche volta, dopo aver succhiato la carne si aggiungono sale e peperone insieme con l'acqua calda. Si cucinano minimo per 1 ora sul fuoco basso.

# Nel momento di cucinamento di carne, riso si bagna nell'acqua limonata. Poi si sbuccia d'arancia nelle parti gialle.

# Poi si lavano bene per levare le piccanti e poi si puliscono, poi si bolliscono 2 volte.

# Poi si lavano bene riso e si filtrano bene e si lavano le sbucie d'arancia e poi si macinano in fine.

# Nella pentola si mette olio vegetale, dopo aver riscaldato si aggiungono riso e si arrossiscono ancora 1-2 minuti e si aggiungono 3 bicchieri di brodo.

# Si copre il coperchio di pentola prima sul fuoco medio poi fuoco basso 10 minuti. Intotale si cucinano per 20 minuti. Poi si mette la carta coperchio e pentola e si lascia a riposare per 20 minuti. Dopo del tempo si mescola pilaf, si prende nel piatto da servire e sopra si aggiungono spezzatino e si serve.

**Nota:** In questo pilaf si può aggiungere 1 cucchiaino di zafferano aspettato nella acqua di mezzo bicchierino per mezz'oretta.