



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Фаршированные артишоки

Yarım Enginar Dolması



4 артишока с листьями
8 ч.л. риса
1 луковица
2 зеленых лука
1 ст.л. сушеной смородины
3-4 ст.л. кедровых орешек
1 шт. сахар-рафинад
0,5 ч.л. душистого перца
0,5 ч.л. черного перца
Пол- пучка укропа
5-6 веточек свежей мяты
1 ч.л. соли
1,5 стакана оливкового масла
1 лимон

- # 0,5 стакана оливкового масла нагреть, добавить кедровые орешки, поджарить. Затем добавить мелко рубленный лук, пассировать до прозрачности.
- # Добавить промытый рис и сушеную смородину, помешивать 5-6 минут. Затем добавить сахар, душистый и черный перец, соль и мелко рубленную зелень, перемешать.
- # Кастрюлю закрыть крышкой, снять с огня, оставить на 30 минут.
- # В чашку налить воду и сок лимона.
- # У артишоков отрезать верхушку(сверху примерно 3 см) и снизу оставить стебель также сантиметра 3. Верхние листья убрать.
- # Разрезать артишок в длину на 2 части, ложкой выскрести волокнистую часть и сразу положить в воду с лимоном.
- # В кастрюлю налить горячую воду, положить артишоки, полить соком лимона, закрыть крышкой и варить 30 минут.
- # Затем нафаршировать половинки начинкой, снова положить в кастрюлю, при необходимости добавить немного горячей воды. Закрыть крышкой и варить на медленном огне 45 минут.
- # Снять с огня, не открывая крышку оставить на 30 минут. Перед подачей полить оставшимся оливковым маслом.
- # Выложить на блюдо, украсить сверху мелко рубленным укропом.

Волокнистая часть артишоков должна быть светлой, что говорит о свежести продукта.