



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

Плов- Эзогелин

Ezogelin Pilavi



1 стакан пшеничной крупы
1 стакан макаронного риса
1 стакан риса
1 стол.ложка слив.масла
6 стол.ложек раст.масла
1 средний репч.лук
2 свежих красных перца
1 стакан натёртых помидор
5 стаканов воды или мясн.бульёна
1,5 чайн.ложки соли
1 чайн.ложка чёрн.перца

- # В кастрюлю положить сливочное и раст.масло, разогреть на среднем огне, высыпать макару.рис и обжарить.
- # Бросить мелко порубленный лук, немного обжарить.
- # Добавить порезанные кубиками перцы.
- # Когда перцы изменять цвет, добавить промытые рис и пшеничную крупу.
- # Обжарить 5 минут, добавить помидоры, соль, чёрн.перец и бульён, кастрюлю закрыть крышкой.
- # Плов варить на сильном огне 5 минут, затем на медленном огне 15 минут.
- # Под крышку постелить бумажн.полотенце и дать настояться 30 минут.
- # Аккуратно перемешать, подавать горячим.

Плов- Эзогелин можно подавать с варёной курицей.