



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

Пшеничный Плов с Печенью

Ciğerli Bulgur Pilavi



2 стакана пшеничной крупы
1 репч.лук
7 стол.ложек раст.масла
1 чайн.ложка соли
4 стакана воды или куриного бульёна
Для начинки :
250 гр.куриной печени
1 маленький репч.лук
4 стол.ложки раст. масла
Пол чайн.ложки соли

- # В кастрюлю налить 7 стол.ложек раст.масла, разогреть и бросить лук порезанный полукольцами.
- # Жарить до готовности, добавить промытую пшеничн.крупку, соль, продолжать жарить 2-3 минуты.
- # Залить воду или бульён, кастрюлю закрыть крышкой, варить 20 минут на среднем огне, снять с огня.
- # Дать плову настояться, в это время приготовить начинку : в маленькую кастрюлю налить 4 стол.ложки раст.масла, разогреть, бросить мелко рубленый лук, обжарить.
- # Добавить мелко порезанную куриную печень, тушить с открытой крышкой 15- 20 минут, посолить и снять с огня.
- # Намочить миску, на дно положить 1/6 начинки и с верху плов, перевернуть на плоскую тарелку.
- # Подавать горячим или тёплым.

Пшеничный Плов с Печенью готовят в Турецком городе Хаккари.