



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

Плов с Апельсиновой Корочкой – Хиджаз

Hicaz Pilavi



2 стакана риса
Пол стакана нута
Корочка одного апельсина
1 стол.ложка слив.масла
4 стол.ложки раст.масла
Пол чайн.ложки чёрн. перца
1 чайн.ложка соли
3 стакана мясн.бульёна
Для Рагу :
Пол килограмма баранины
4 репч.лука
3 стол.ложки раст.масла
Пол чайн.ложки соли
1 стакан горячей воды

- # Нут помыть и залить водой, на одну ночь. На следующий день, сварить в этой же воде до готовности.
- # Приготовить рагу : Лук порезать полукольцами и немного обжарить на раст.масле.
- # Бросить кусок баранины, продолжать обжаривать, кастрюлю закрыть крышкой. Когда выпариться мясной сок, добавить соль и горячую воду. Варить на медленном огне минимум 1 час.
- # Пока вариться мясо, рис залить тёплой и солёной водой с лимонным соком. С апельсина снять жёлтую корочку.
- # Для того, чтобы в апельсиновых корочках не было горечи, их нужно 2 раза залить водой и 2 раза довести до кипения, (каждый раз воду сливать).
- # Разбухший рис хорошо промыть под холодной водой, воду слить. Апельсиновые корочки мелко порезать.
- # В другую кастрюлю положить слив.масло и налить раст.масло, разогреть на среднем огне, добавить рис и соль. Обжарить пока рис не станет прозрачным.
- # Добавить варёный нут, апельсиновые корочки, чёрн.перец, продолжать обжаривать ещё 1-2 минуты, затем залить 3 стакана мясного бульёна.
- # Кастрюлю закрыть крышкой, варить на среднем огне 10 минут, затем на медленном огне ещё 10 минут. Под крышку положить бумажное полотенце и дать плову настояться 30 минут.
- # Плов помешать, переложить на серв.тарелку, с верху положить разделанное на кусочки рагу и подавать к столу.

В этот плов можно добавить шафран : пол чайн.ложки шафрана развести в ¼ стакане воды тёплой воды и дать настояться 30 минут.