

Плов с мясными шариками

Автор: Жаха

23.11.2010 20:04 -



Невероятный аромат.

Требуемые ингредиенты

- 1 большой баклажан 500 гр
- 125 мл оливковое масло
- 1 большая луковица
- 2 крепких средних помидора
- 500 гр бараньего фарша
- 300 гр длинозерновой рис
- 2 ст(500 мл) куриного бульона(или из кубика)
- 3 ст.л поджаренные на сухой сковороде фисташки
- 2 ст.л порезанной зелени кориандра 2 ст.л смородины

Специи для риса:

- 0.5 ч.л молотая корица
- 0.5 ч.л молотый кориандр
- 1 ч.л молотая зира(кумин)

Плов с мясными шариками

Автор: Јаха

23.11.2010 20:04 -

Специя для мясных шариков:

- 0.5 ч.л молотая корица
- 0.5 ч.л молотый кориандр
- 1 ч.л молотая зира(кумин)
- 0.5 ч.л ямайский перец
- оль по вкусу

Баклажаны порезать небольшими кубиками.Посолить и оставить на 1 час.После чего отжать баклажаны,обсушить бумажным полотенцем и обжарить на 4 ст.л оливкового масла с двух сторон,до золотистого цвета примерно 5-8 минут.Готовые баклажаны положить на полотенце,чтобы избавиться от лишнего масла. В кастрюлю ,желательно чугунную,налить остальное оливковое масло,раскалить .Добавить порезанный кубиками лук,обжарить на среднем огне,примерно 2 минуты,лук должен быть мягким,но не сильно поджаренный.Добавить специи для риса,ещё немного обжарить.Добавить промытый рис,перемешать!Влить кипящий куриный бульон,перемешать.Закрыть крышку,уменьшить огонь и варить рис до готовности.Если по какой то причине рис ещё не готов,а жидкость испарилась,то можно добавить по немногу ещё бульона или воды.

Приготовление мясных шариков:

В миске смешать фарш со специями для мясных шариков.Скатать шарики величиной с грецкий орех.Обжарить в небольшом кол-ве растительного масла до золотистого цвета,убрать на бумажное полотенце.В том же масле где жарились шарики,обжарить 5 минут порезанные на 4-6 частей помидоры,убрать на кухонное полотенце.

В готовый рис,добавить мясные шарики,фисташки,смородину,обжаренные баклажаны.Аккуратно перемешать.Закрыть крышкой на 5 минут.После чего плов положить на блюдо,по краю помидоры.Посыпать плов зеленью кинзы!

Приятного аппетита, ЈахаLand.ru

{comments on}