



Рлов - Плов

Il vous faut (pour 4 à 6 personnes environ)

1 kg de viande d'agneau coupée en morceaux (soit dans le collier, ou mieux sans os et un peu grasse)

3 oignons plus ou moins gros selon le goût

4 à 6 carottes selon la taille

1 kg de riz Basmati

Aneth - Thym - $\frac{1}{2}$ cc de safran - Sel - Poivre

Une tête d'ail

Huile - Eau

Facultatif : baie de barbarie ou goji - un piment - une tête d'ail

Pour la sauce (ou salade d'accompagnement) : 1,5 kg de tomates 3 oignons sel poivre

Préparation de la viande :

Dans une cocotte à fond épais, faire chauffer deux cuillérées d'huile de tournesol, y faire revenir la viande sur toutes les faces, en la saisissant (elle doit être dorée). Surtout, laisser le gras car c'est lui qui donnera toute sa saveur au plat ! Ce n'est qu'après cette opération que l'on peut ajouter les oignons coupés en tranches fines. Puis lorsque les oignons ont doré à leur tour, ajouter les carottes que l'on aura au préalable taillées en frites assez fines et coupées d'une longueur d'environ 5 cm.

Ajouter les herbes selon goût.

Une fois que cette préparation est presque cuite, ajouter la quantité d'eau **bouillante** pour faire ensuite cuire le riz. Cette quantité doit être égale à **une fois et demi** le volume de riz. Remuer la préparation et l'eau, laisser mijoter à feu doux **20 minutes**. Pendant ce temps, rincer le riz plusieurs fois jusqu'à ce que l'eau soit claire. Verser le riz dans la cocotte, il doit être recouvert d'eau, ajouter le safran, ainsi que des baies russes appelées "барбарис" ou baie de Goji, et si l'on veut, une tête d'ail non épluchée que l'on place délicatement au milieu du riz. On peut aussi ajouter un petit piment de cayenne (ou autre) si on aime les plats relevés. **Important** : il ne faut pas remuer cette préparation (le riz doit rester au dessus de la viande). Aplanir régulièrement le riz pendant la cuisson.



fruits et graines de Barbarie ou Goji

Lorsque le riz a bu le jus de la viande, avec une spatule, relever délicatement les bords et faire une petite montagne **sans jamais toucher à la viande**. Continuer jusqu'à ce que le riz soit cuit. Ne pas couvrir. Quand le riz est cuit, mélanger le à la viande délicatement. Couvrir et laisser au chaud.

Préparation de l'accompagnement :

Couper les tomates en petits cubes de 5 mm, faire de même avec les oignons. Mélanger le tout, saler, poivrer... C'est prêt !



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!