

Ingrediënten

500gr basmatirijst
 2 blokjes kippenbouillon (of zelfgemaakte kippenbouillon)*
 5 wortels
 200gr rozijnen
 100gr ongepelde pistachenoten of ongeveer 50gr gepelde
 2 el zonnebloem olie of geklaarde boter/ghee/oudi
 4 el olie voor de wortels
 1 el suiker

plukje saffraandraadjes
 100ml kokend water
 1/2 tl komijnpoeder
 1/2 tl gemberpoeder
 1/2 tl kardemonpoeder
 1/2tl kaneelpoeder



Info Martine Lycke

Wortels aangestoven in 4el zonnebloemolie
 + 1 el suiker
 Opzizetten

Rozijnen in water spoelen en afgieten
 In zelfde pan als wortels aanstoven

2 tassen rijst en 4 tassen water, garen

+ ½ tl komijnpoeder
 ½ tl gemberpoeder
 ½ tl kaneelpoeder
 1 kippenbouillonblokje
 100ml water en 1 potje saffraan
 Wortels en rozijnen toevoegen en deksel op pot



Bron

26/05/2015



Rima Silva
 Qabuli pulaw

https://www.facebook.com/photo.php?fbid=822670084487595&set=gm.904418792930364&type=1&hc_location=ufi

Recept

Vorbereiding:

1) Als eerst gaan we de rijst weken. Stop de rijst in een vergiet en spoel de rijst goed af.

Leg vergiet mét de rijst vervolgens in een bak met water, zorg ervoor dat de rijst onder water zit. Als dit niet lukt doe dan de rijst in een bak met .Het werken met een vergiet maakt het alleen maar makkelijker.

2) Snij ondertussen de wortel in luciferdikke slierten, te dikke wortelslierten worden moeilijk gaar en te dunne zullen als snel te gaar worden.

3) Snij of hak de pistache in dunne grove stukken naar keuze.

4) Was en wel de rozijnen kort en dep ze droog.

5) week de saffraandraadjes in 100ml kokend water

Bak de wortelreepjes in 4el olie tot ze zacht worden, blijf roeren. Voeg na 5 minuten de suiker toe en laat nog 10minuten bakken, blijf roeren zodat de suiker niet aanbrand. Haal vervolgens de wortels uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier, bak dan de rozijnen in dezelfde pan totdat ze opbollen. Laat ook de rozijnen uitlekken op keukenpapier.

Haal de rijst uit het water en laat uitlekken. Kook de rijst in gezouten kokend water ongeveer 5 minuten, de rijst moet absoluut niet gaar worden je wilt dat deze 'beetgaar' is. Neem om te testen een paar korrels rijst tussen je vingers als ze al wat zacht zijn maar niet tot moes gedrukt kunnen worden dan is het prima. Giet het water af en laat de rijst in een vergiet kort uitlekken.

Neem nu de pan waarin je de rijst gekookt heb, een pan van redelijke grote en liever breed dan hoog.

Giet de 2el olie of ghee daarin en leg de rijst daarover.

Strooi de kruiden over de de rijst en roer deze rustig door. Maak vervolgens in een gat in het midden en leg daarin de wortels en rozijnen. Giet het saffraanwater (inclusief saffraandraadjes) over de rijst. Doe vervolgens een theedoek om de deksel heen** en kook/stoom de rijst op zacht vuur voor 30minuten.

De geur die vrijkomt is fantastisch. Serveer vervolgens de rijst (en die lekkere harde stukjes onderin de pan zijn heerlijk), bestrooi met de wortels, rozijnen en pistachenoten.

*Vegetariërs kunnen natuurlijk groentebouillon gebruiken.

** De theedoek zorgt voor een stoomeffect. Neem een theedoek leg daarop de deksel en trek de punten over de deksel heen naar elkaar toe, je kan er een knoop inzetten of met een veiligheidsspeld vastmaken. Let erop dat de theedoek niet over de pan tegen het vuur aanvalt!

Fotos

