Узбекский плов

Состав:

1 кг мяса (баранины, говядины, индейки или курицы)

2-3  шт морковки (среднего размера)

З шт лука (среднего размера)

1 кг пропаренного длинного риса (я предпочитаю Басмати)

2-3 зубчика чеснока

0,5 ст растительного масла

1 ч. л смеси специей

1 ч   л сушеного укропа

Узбеки, добавляют в этот плов, курдючный жир, но мне кажется, это сейчас  не актуально. Слишком жирно.

Способ приготовления:

Если мы хотим приготовить из баранины или говядины, то предлагаю заранее нарезать и предварительно немного отварить, залив кипятком.

Если мы его готовим из индейки или курицы,то делать этого не надо.

Взять кастрюлю, желательно плоскую и желательно из чугуна. Налить в нее растительное масло и положить на огонь. Мелко нарезать лук и начать жарить, не забывать, подсаливать его.  Тем временем, нарезать индейку или курицу (я предпочитаю брать грудки) небольшими кусками, примерно 1,5-2 кубических см. и присоединить к луку. Можно прикрыть крышкой, а тем временем натереть на крупной терке морковку и тоже добавить в кастрюлю, снова прикрыть крышкой. Как только морковь от термообработки поменяет цвет, можно насыпать рис и залить крутым кипятком, воды надо налить столько, чтобы она полностью покрыла смесь. В этот момент надо проверить, достаточно ли соли и перемешать. Плов не надо часто мешать, это не каша. До этого момента, мы не забываем, что готовим на сильном огне,а после того,как мы налили воду,мы не закрываем крышку до тех пор,пока не начнут образовываться дырочки. В этот момент,мы  мелко нарезаем чеснок и добавляем в кастрюлю, можно перемешать. Делаем огонь очень маленьким, или если это электрическая плита, от выключаем и оставляем на ней,у нее очень большая инерция и такого тепла достаточно. Через несколько минут можно посыпать смесь специей и сушенного укропа и сняв с огня перемешать. Плов готов. Можно подавать. Очень вкусный и ароматный плов. Кушайте на здоровье.

|  |  |
| --- | --- |
| https://lh3.googleusercontent.com/s-rH6iaws_Cq81jl8qV49Ek20DyVrsRKjFlkjPk48xjfW-lhTl_ZzbGK9yGBL-ek5A5C2ahxzQHjo3n5-rk6r60SYiloSEKcZXcM-a1trA31wHMChr954O7_vvXgDEkjg2X46yGa | https://lh3.googleusercontent.com/_1m0CbWEl0h8pnR-TVKCOPtFet-wNuAIhQAa5upWy54HYLWUOjNuobpGiyDFJYsAkUMGLvor0OegA9eLuS1R6f7x6VqjySXQMbYECPapfn2oGs2VfO5CapExa3RNUFqJwfLczptC |
| https://lh6.googleusercontent.com/67x9z4KWvdIhz3tIH_egJKbPRVo3Mcn1AISQmxXA9iEbyIsNMrMiiUdkLXsKZx3flmrdVLE-3MWAlow7jnM1rOyVRHsALtiMHPldmzOZVmjw0nc80FtYB59lRjZWCDLyB847U-Yp | https://lh6.googleusercontent.com/Tdm2Don-g6mdOXzIS6GRWpSim0k_8lAyc27oJtbDiwM4Ni2iKVD5n3bbzb-rC7UK9Ly8lkhiTWCBEG8EMNuXv89JNgWhqseh_SxB7vMj1X3-BBTXvpgHBDX1RI4nzWpxyMaJA4_c |
| https://lh5.googleusercontent.com/0vhrIbXtz7JPe5LmEqSL6sl1D7XjCiniW09phKQ90XQ9NSgUmVmCAwfF0P7UCugtNcRm2K0L3FXsrWm67rUjB4XRwTRvSXz88uQ5YVqiVBREFkIrpK--w-jLu0CwMeV3GNjjRg_H | https://lh3.googleusercontent.com/n_fZ78qiyDbRFv4V7csSUru0fdLl5vvmO9ZRgA7h0EMYUMyrxjt9b8Lz0fYdufP1ekweoPd7Q8qJnZjL7l2fp_EWCvufGnlY1R-TMqU7cZJzaw9zMFzxqTshAqf1WhLvXplUdw0q |
| https://lh4.googleusercontent.com/Uy7w67o8tkKQddZ6FypA_-JngIMF0CGLNFpchM1N2CnFUoP_b2IRvPmz-d11OtUSSTOT-NA_SVgPoTx9sj-C4EdVCuaLeV6ZFfRNxIdBW0EYesA_Vc74ztAfn3chrFcQdBcjO2LB | https://lh5.googleusercontent.com/h2BFIICe-A_IUi53soDfuhN_IyWYB7MSiw9kbiMwJHiVBkRTa_eEsdrn8CiCXyHxjQMtM-GQNixSggxNR952kJfZOqiclPyrQ8Z9eBu3HHAdYnltybOWEMGjd7sCSM169kczcV3y |
| https://lh5.googleusercontent.com/1lBOyCdwNu4OGbHsahUIbTV6pWIBaHojtlwBMq8RdkGlZvqmQN-s8QaP3kSRQF1XXYW_RGjYmt4dfTy9fzDa63NY1kx4o4ZNIhcG1e5YbXFtt78LtToeibvnziu_KFQkl_We1jLj | https://lh4.googleusercontent.com/R_2WmML3kz3tWwcclrisRRO8ZYa703dSLUrSkykteFVRqzoftLMrkmMo5JVcvpxujA-DyP7hJanA1zL8a_Eh4NGm6bvQEBMtHlpKuPB-uQlTL_GRnV8XSLZkXHlIFQM1VzhGMXmZ |
| https://lh5.googleusercontent.com/TbfRxjFwFWTpvSa3yUa0ogEPwAHEfiIuCVpdjOBozSoUi6JzgtdVWHehsSBizewEgvXezyrfpYO5w815houl-0SxNYOOqnmocSjj2p9_miv4e0DUoFolqvCQlJpsDBdZKcVnBcTn |  |