

---

# Pilaw trynidadzki

Dodano: 2010-01-01 17:19:51

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1256 razy.

## Kuchnia Antyli

4 łyżki ryżu

2 łyżki mąki

2 łyżeczki soli

1/2 łyżeczki pieprzu

1/2 kurczaka pokrajanego w małe kawałki

1/4 szklanki oliwy lub oleju jadalnego

1 posiekana cebula

1 duży pomidor sparzony, obrany, pokrajany w kostkę

1 łyżeczka cukru

1/4 łyżeczki tymianku lub majeranku

1 1/2 szklanki rosółu lub wody z kostką rosółową

posiekana zielona pietruszka

Kawałki kurczaka obtoczyć w mące wymieszanej z łyżeczką soli i 1/4 łyżeczki pieprzu. W rondlu rozgrzać 2 łyżki oleju, włożyć kurczak, smażyć aż będzie obrumieniony ze wszystkich stron. Przełożyć na talerz. Wlać resztę oleju, dodać cebulę, smażyć na średnim ogniu przez 5 min., często mieszając. Dodać pomidory, cukier, tymianek, doprawić solą i pieprzem, wymieszać i dusić przez 5 min. na średnim ogniu. Włożyć kurczaka do rondla, zalać rosółem lub wodą z kostką rosółową i dusić pod przykryciem na małym ogniu przez 45 min. Dodać wypłukany i osączony ryż, lekko wymieszać i dusić dalej pod przykryciem przez 25 min. W razie potrzeby dodać 2-3 łyżki wody). Pilaw powinien być wilgotny, ale nie mokry. Podawać z zieloną sałata.

Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD