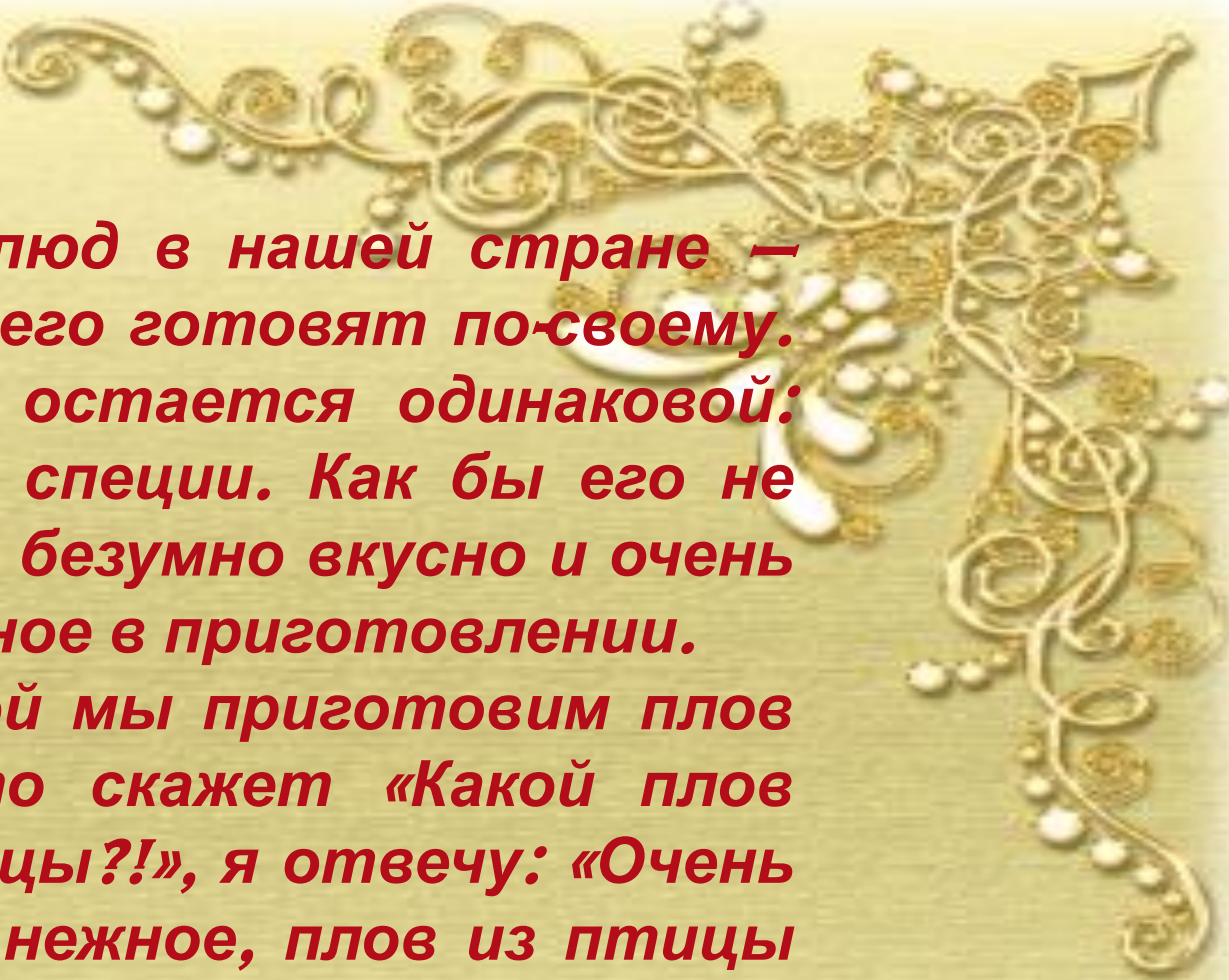





ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ



Одно из любимых блюд в нашей стране – это плов. В каждой семье его готовят по-своему. Но основа плова всегда остается одинаковой: мясо, рис, лук, морковь и специи. Как бы его не приготовили – это всегда безумно вкусно и очень сытно. Это блюдо несложное в приготовлении.



В школьной столовой мы приготовим плов из курицы. И если кто-то скажет «Какой плов может получиться из птицы?!», я отвечу: «Очень вкусный!!!». Куриное мясо нежное, плов из птицы получается насыщенным, и не слишком жирным, но очень сытным.

Ингредиенты для плова

Куриное мясо

Рис

Лук репчатый

Морковь

Масло растительное

Соль и специи





Подготовленные
овощи
(морковь, лук
репчатый)
нарезают
соломкой,
пассируют.
Крупку рисовую
просеивают,
перебирают,
промывают
сначала в 5-ти
водах (до
прозрачной), а
затем горячей
водой (60-
70°C).






*В емкость для
плова налить
растительное
масло и
нагреть.
В раскаленное
масло добавить
овощи.*



Птицу рубят на порции (по **1** куску), обжаривают до образования корочки, посыпав солью, кладут в посуду. Добавляют подготовленные овощи, заливают горячим бульоном и дают закипеть (**2,1**л воды на **1** кг крупы рисовой), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения.

После этого посуду с пловом ставят на **40-50** мин. в жарочный шкаф с температурой **250-**





*Невероятный аромат,
сказочный вкус этого
блюда никого не оставит
равнодушным.*

Приятного аппетита!!!