

مقلوبة لحمه بالباندجان



13 أكتوبر 2021 - 17:40

المقادير

- الباندجان : 2 حبة (كبير الحجم، مقشر ومقطع الى شرائح، ومقلي بالزيت ويصفى من الزيت الزائد)
- الأرز : كوبان (مغسول ومنقوع لربع ساعة)
- لحم الخروف : نصف كيلو (كيلو لحم خروف ضاني بالعظم أو موزات بدون عظم، مسلوق بالبهارات المطيبة مثل الحبهان، البهار والقرفة مع ورقة غار مع الاحتفاظ بالشوربة لطبخ المقلوبة)
- ملح : ملعقة صغيرة
- فلفل أسود : نصف ملعقة صغيرة
- بهار : نصف ملعقة صغيرة
- القرفة : ربع ملعقة صغيرة
- حبهان : ربع ملعقة صغيرة
- البصل : 2 حبة (مقطعة إلى قطع متوسطة الحجم ومقلية حتى تصبح ذهبية اللون)

طريقة التحضير

1. صفّي اللحم وضعيه في قاع إناء الطبخ، رصي الباندجان فوق اللحم لتكوين طبقه أو طبقتين.
2. صفّي الأرز من الماء واضيفيه فوق الباندجان في هذه المرحلة يمكنك إضافة البهارات المطيبة إلى الأرز واخلطهم جيدا أو بإضافتها على الوجه قبل إضافة المرق، ضيفي المرققة فوق الأرز حتى تغطيه كاملا بدون زيادة، يمكنك إضافة قليلا من الماء حسب الحاجة لاحقا.
3. إغلي القدر على نار عالية في البداية ثم على نار قليلة الحرارة مع استعمال القرص المعدني الواقي لمنع إحتراق قاع القدر. الطبخ قد يأخذ حوالي 20-30 دقيقة أو حتى

ينضج الأرز إقليمي المقلوية في صحن التقديم، وزيني بالصنوبر المقلي وقدميها ساخنة مع اللبن الرايب أو السلطه الخضراء.