Hoofdgerechten / Tadzjikistan

Tadzjiekse oshi palav



Pilaf met schapenvlees, gele wortel en een hele bol knoflook, erkend door UNESCO als erfgoed.

Tijd 130 min **Personen** 6

Dit heb je nodig.

- ☐ 800 g Schapenvlees — met bot, in grote stukken
- ☐ 700 g Devzira of kortkorrelige rijst
- ☐ 3 stuks uien
- ☐ 2 theelepel komijnzaad
- ☐ 100 g Kikkererwten – een nacht geweekt
- ☐ 150 g Schapenvet
- ☐ 800 g Gele wortelen — in dikke stokken
- ☐ 2 stuks knoflook – hele koppen
- ☐ 2 eetlepels berberissen
- ☐ Zout — naar wens

Zo maak je het.

01 Spoel de rijst zeven keer met water en laat hem een uur weken in warm, gezouten water.

02 Doe het schapenvet in de ketel en haal het kaantjes eruit.

03 Bak het vlees hard, voeg de ui toe en bak deze goudbruin.

04 Voeg de wortel toe en kook tien minuten, maar laat hem de eerste vijf minuten met rust, zodat hij opwarmt in plaats van huilt.

05 Voeg twee vingers boven kokend water toe, samen met de kikkererwten, komijn, berberisbessen en zout, en laat de zirvak veertig minuten sudderen.

06 Verdeel de rijst in een gelijkmatige laag, druk de knoflookkoppen erin en voeg kokend water een centimeter boven de rijst toe.

07 Kook op een hoog vuur tot het water is verdwenen, schep de rijst op, prik hem tot op de bodem, dek af en laat twintig minuten op het laagste vuur staan.

Recept & herkomst UniTools / UniTools — theunitools.com / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Foto: GeoO / CC BY-SA 4.0 / UniTools. Uitsnede aangepast voor deze pagina.
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
recipes.dvs-services.be / oshi-plov-tajik