

Iraq

terra di Sumeri, Assiri e Babilonesi

a cura degli alunni Marco B. e Dario P.

docenti: Zara M. Loretta ed Artese Rosa

classe IV A della Scuola Primaria "A Colombo"

Istituto Comprensivo "G. Sarto" di Castelfranco Veneto, TV

A.S. 2009-2010

Makloubeh

(secondo)

INGREDIENTI

Cavolfiore (o melanzana)	1 (o 3)
Sale, pepe e spezie a piacere	q.b.
Olio per friggere	2 tazze
Brodo di carne	
Pinoli	2 cucchiari
Cipolla	1
Cannella	2 pezzi
Carne di agnello, tagliata a dadini	1 Kg
Riso Basmati	450 g

PREPARAZIONE

Fate bollire in acqua la carne, sfiorando la schiuma come appare in superficie. Aggiungete sale e spezie. Coprite. Lasciate sobbollire la base di carne a fuoco medio. Estraete il brodo e collocatelo in una ciotola, riservando la base di carne per un uso successivo.

Rompete il cavolfiore in fiorellini di medie dimensioni. Cospargeteli di sale. Friggere in olio bollente, fino a doratura. Scolateli su carta assorbente. In una pentola mettete la cipolla e rosolate la carne. Coprite la carne con il cavolfiore, poi il riso. Aggiungete il brodo per coprire il riso. Portare ad ebollizione e poi abbassate la fiamma per far cuocere a fuoco basso. Trasferire la carne in una teglia da forno, versate sopra le melanzane ed il riso, cuocete per un'ora a 180°. Lasciate raffreddare per mezz'ora, poi rovesciate il contenuto su un grande piatto.