

Orez persan

written by Andreea



Orez persan aromat cu sofran, cardamom, ienibahar, anason si scortisoara, se potriveste ca garnitura la orice preparat cu carne sau legume.

Daca nu stiti cum sa mai pregatiti orezul, va las aici o idee absolut fabuloasa! Poate unora dintre voi nu va place orezul fiert simplu si doriti sa il aromatizati cu ceva condimente. Desi multa lume asociaza orezul simplu fiert cu mancarea de spital, daca il preparati corect si cu condimentele potrivite, orezul poate capata un gust minunat si o textura perfecta!



Pentru a pregati acest orez persan aromat aveti nevoie de orez basmati, acest orez cu bob subtire si continut mic de amidon. In plus, aveti nevoie si de cateva condimente intregi. Chiar daca veti gasi printre condimente si scortisoara, sa stiti ca nu veti simti gust de dulce sau prea aromat, condimentele intregi nu fac decat sa dea o aroma suava orezului fara sa il condimenteze in exces.

Spre deosebire de orezul cu bob rotund care contine mult mai mult amidon, acest orez basmati reuseste sa isi pastreze forma si textura in timpul gatirii. Insa pentru acest lucru, trebuie sa respectam niste pasi simpli.



Atunci cand am vorbit despre orezul chinezesc fiert simplu, am specificat cat de important este faptul sa nu amestecam prea mult orezul in timpul gatirii.

Eu am ales astazi orezul basmati premium selection de la

Baneasa pentru a pregăti acest orez persan. De ceva timp ei au adus în portofoliul lor și o gamă largă de orez printre care și cel basmati. L-am testat astăzi și am fost tare încântată de el!

Pe blog mai găsiți și alte rețete cu orez precum orez chinezesc prăjit, budinca de orez, orez cu lapte și ananas caramelizat.

Nu uitați că mă puteți găsi și pe Instagram pentru alte rețete și Stories dragute :).

- Ingrediente:
- 200 g orez basmati Baneasa
- 220 ml apă
- 1 linguriță sare
- 1 baton scortisoara
- 5 pastai cardamom verde
- 1 steluta anason
- 7 boabe ienibahar
- 1 varf cutit sofran
- 50 g unt
- 100 g caju
- Menta proaspata



Pentru început turnați 2 linguri de apă fiartă peste sofran și amestecați bine, lăsați să se infuzeze pentru câteva minute.



Spălați orezul basmati în 3-4 ape până ce apa în care stă este limpede.



Puneți orezul scurs de apă într-o cratită și turnați peste el 220 ml apă împreună cu lingurița de sare. Puneți cratita pe foc și aduceți la punctul de fierbere. Amestecați ușor pentru ca orezul să nu se lipească de fundul oalei.



Adaugati peste orez batonul de scortisoara, cardamomul, anasonul, ienibaharul si sofranul amestecat cu apa.



Amestecati totul bine, acoperiti oala cu un capac etans si dati pe foc foarte mic pentru 12 minute. In acest timp nu deschideti deloc capacul oalei si nu amestecati, ci lasati orezul sa se fiarba incet sub capac.



Intre timp, intr-o tigaie prajiti caju cu cateva picaturi de ulei. Lasati deoparte.



Dupa ce orezul s-a fiert, ridicati capacul oalei, adaugati untul, caju prajit si menta proaspata.



Amestecati totul usor si puneti pe platoul de servit sau pe o farfurie.



Garnisiti acest orez persan cu inca putina menta proaspata si inca putin caju.



Se potriveste perfect ca garnitura pentru diferite feluri de mancaruri cu carne sau chiar cu legume.



Enjoy!

