

# Ферганский плов

Сахаутдинов Иван 8В  
Учитель: Притчина А.М.





# История плова

**Плов**, или как говорили в Персии, пилав – очень древнее блюдо, которое родилось на Ближнем Востоке с появлением там зерновой рисовой культуры, около II-III веков до н. э. Именно тогда тюркские кочевники стали обменивать в Китае скот на рисовые зерна.

Плов готовят на любые праздники. Так в многих странах (Узбекистан, Таджикистан, и т.д.) плов является традиционным праздничным блюдом.

# Начинаем готовку

И так, нам  
понадобится:

- ▶ 1 кг. мяса
- ▶ 2 шт. лука репчатого
- ▶ 1 кг. Моркови
- ▶ 900г. Риса
- ▶ 270 мл. Подсолнечного масла
- ▶ 4 шт. Чеснока
- ▶ 150 г. Нута
- ▶ 200 г. Изюма
- ▶ Соль (по вкусу)
- ▶ Перец (по вкусу)
- ▶ Зира (по вкусу)



# Обжариваем мясо

Наливаем в казан масло, и нагреваем его. Когда масло нагрелось скидываем в него всё мясо, и 1/3 часть моркови.



# Добавляем морковь, изюм, нут, и чеснок

Ждём 5 минут и засыпаем оставшуюся морковь, изюм, нут, и чеснок.

Через 5 минут заливаем воды, немного варим и через 5-7 минут засыпаем (заранее замоченный) рис, и заливаем 800 мл. воды, накрываем крышкой и ждём ещё 30 минут.



# ПЛОВ ГОТОВ

Открываем крышку, и у нас готовый плов, осталось его переложить в блюдо и есть!



# ПЛОВ

