

RECEPT

LAMIAAS IRAKISKA KYCKLING BIRYANI



Tillagning

Lamiaas irakiska Kyckling Biryani:

Börja med kyckling. Går utmärkt att förbereda redan dagen innan.

Blanda curry, paprikapulver, kanel, salt och svartpeppar och smula 2 st buljongtärningar i olja. Gnid in kycklingen med kryddblandning runt om och inuti.

Tillaga i ugnform på låg temp 125°C eller i stekpåse tills kycklingen nått en innertemperatur på 72°. Låt svalna och håll av den goda kycklingskyn och spara till riset. Tranchera din kyckling och värmsen bara på den vid servering.

Riset gör du på följande vis:

Blötlägg russin i rikligt med vatten och ställ åt sidan. Rosta mandlar i en torr panna till gyllenbrun färg och ställ åt sidan. Förfritera potatistärningar i olja 170°C i en fritös eller lämplig gryta i ca 3 min och låt svalna. Skölj av riset och blötlägg i ljummet vatten i ca 30 min. Sila av.

Använd en tjockbottnad kastrull med lock. Fräs gul lök och morotstärningar, med biryanikrydda i matolja utan att det får färg. Blanda runt försiktigt på medelvärme i ca 1/2 minut. Tillsätt kycklingskyn!

Vänd varsamt i riset utan att krossa riskornen. Koka upp ca 3-4 dl vatten och håll över riset. Det ska täcka riset med lite mindre än 1 cm. Koka upp och sänk sedan värmen. Låt sjuda på medelvärme tills riset är klart, ca 10-15 min

Under tiden du väntar på riset börjar du med pastan (Vermicellin):

Hetta upp 2 msk olja i en stekpanna. Stek vermicellin ljusbruna, under försiktig omrörning utan att de bränns vid. Tillsätt 3/4 dl vatten och fortsätt tillaga under omrörning tills pastan mjuknar. Tillsätt mer vatten om det behövs.

När riset är klart fluffa till det med en gaffel. Tillsätt russin och frysta ärtor. Låt stå på eftervärme 3-5 min

RECEPT

LAMIAAS IRAKISKA KYCKLING BIRYANI



Tillagning

Under tiden fritera potatis igen i olja i 170°C ca 3-3.5 min tills potatistärningarna är krispigt gyllene.

Servera allt på ett stort fat. Blanda i Vermmicelli, mandel och häll över friterade potatistätningar. Lägg den trancherade kycklingen ovanpå eller om du önskar dra i sär kycklingen i mindre bitar och blanda i precis som med övriga grönsaker.

Garnera gärna med t.ex persilja, koriander och mynta.

Ingredienser på nästa sida.

Visste du: Den irakiska biryanin är känd världen över. Det är en rätt baserad på ris som kan varieras genom att man antingen använder kött, kyckling, fisk, räkor och ägg – eller att man gör den helt vegetarisk. Ibland kan man få den serverad med en tomatsås bredvid.

Namnet biryani kommer från det persiska ordet "beryan" som betyder friterad/rostad och det är inte ovanligt att man friterar varje ingrediens förutom riset. Biryani är ett måste vid varje festligt tillfälle i Irak och den är lika uppskattad varje gång den serveras. Den doftar ljuvligt av kryddorna!

RECEPT

LAMIAAS IRAKISKA KYCKLING BIRYANI



Ingredienser (4-6 pers)

Kyckling

1 hel kyckling ca 1 kg
1 msk curry
2 tsk paprikapulver
Salt & peppar
2 tsk kanel
2 buljongtärningar:
kyckling eller
grönsaksbuljong

Risrätten

150 g mahmood-ris
1,5 dl vermicelli (tunn
spagetti) 100 g Gul lök tärnad
100 g djupfrysta ärtor
200 g Morot tärnad 20 mm
400 g Tärnad potatis 15 mm
1 dl russin
1 dl sötmandel skalad
Olja
3-4 dl vatten

Biryanikrydda:

1-3 msk färdig biryanikrydda
beroende på hur kryddig rätt
du önskar.
Blanda 4 krm kanel, 5 krm
gurkmeja, 4 krm kryddnejlika,
4 krm svartpeppar, 4
krm spiskummin, 5 krm
kardemumma, 4 krm
kryddpeppar. Det går även
att köpa färdig Biryani krydda.