

6 Ιανουαρίου 2014

## Αφέλια με πιλάφι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η κλασική κυπριακή συνταγή δια χειρός Χριστόφορου Πέσκια.

Υλικά

Για τις μπριζόλες

1 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

4 χοιρινές μπριζόλες από λαιμό (περίπου 250 γρ. η καθεμιά)

40 σπόροι κόλιανδρου

250 ml κόκκινο ξηρό κρασί

1 κουτ. γλυκού κύμινο σε σκόνη

αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο

Για το πιλάφι

3 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

1 μικρό, ξηρό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο

1 σκελίδα σκόρδου, λιωμένη

300 γρ. ρύζι για πιλάφι (κατά προτίμηση καρολίνα)

750 ml ζωμός κότας

1 κουτ. γλυκού κύμινο σε σκόνη

50 γρ. ξανθές σταφίδες μουσκεμένες για 10´ σε μαύρο ρούμι

1/4 ματσάκι φρέσκο σχοινόπρασο\* ψιλοκομμένο ή 2 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα

Μερίδες 4

Προετοιμασία 20´ Μαγείρεμα 25´ Ψήσιμο 20´

**Διαδικασία Πιλάφι:** Ζεσταίνουμε το λάδι σε μικρή κατσαρόλα και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο για 3 λεπτά, σε μέτρια φωτιά. Προσθέτουμε το ρύζι και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για άλλα 5 λεπτά, ανακατεύοντας. Σβήνουμε με το ζωμό, προσθέτουμε το κύμινο, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και βράζουμε για περίπου 20 λεπτά σε χαμηλή φωτιά, ώσπου να απορροφηθεί το υγρό. Βγάζουμε το καπάκι, καλύπτουμε την κατσαρόλα με μια πετσέτα και την αφήνουμε κατά μέρος για 10 λεπτά. Στη συνέχεια προσθέτουμε τις σταφίδες (στραγγισμένες) και το σχοινόπρασο ή το κρεμμυδάκι, νοστιμίζουμε με αλάτι και πιπέρι, ανακατεύουμε και αφήνουμε κατά μέρος.

**Μπριζόλες:** Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μεγάλο τηγάνι και τηγανίζουμε τις μπριζόλες σε δόσεις, σε μέτρια φωτιά, για 8 - 10 λεπτά από κάθε πλευρά. Στη συνέχεια δυναμώνουμε τη φωτιά και προσθέτουμε πρώτα τους σπόρους κόλιανδρου για να σκορπίσουν το άρωμά τους και στη συνέχεια το κρασί και το κύμινο. Γυρίζουμε μερικές φορές τις μπριζόλες μέσα στο τηγάνι για να βραχούν καλά από τη σάλτσα και συνεχίζουμε το μαγείρεμα, ώσπου να εξατμιστεί το κρασί και να μείνει ελάχιστο πηχτό υγρό. Σερβίρουμε τις μπριζόλες συνοδεύοντας με το πιλάφι.

*Συνταγή ΧΡΗΣΤΟΦΟΡΟΣ ΠΕΣΚΙΑΣ*

*Φωτογραφίες ΑΛΚΗΣ ΚΑΛΟΥΔΗΣ*

**Πηγή:** [gastronomos.gr](http://gastronomos.gr)